

kapusta kwaszona



KLAUDIA007



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

kapusta	50 kg
marchew	1 kg
sól	70-80 dag
nasiona kopru	10 (lub kminku)

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Oczyszczoną kapustę poszatkować, umytą marchew starkować na tarce o dużych oczkach i wymieszać z kapustą. Posolić, dodać nasiona kopru lub kminku, ubić w naczyniu kamiennym lub beczce. Przykryć denkiem, obciążyć kamieniem. Na drugi dzień, gdy utworzy się piana, zebrać ją, kapustę przebić ostrym narzędziem w kilku miejscach. Czynności powtórzyć w następnych paru dniach.