

Zavaření mladých fazolových lusků – kyselý nálev



Obtížnost:

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 1h 30min
Celkový čas: 2h 0min , Porce: **10**

2062 kalorií , **0 g** cukrů , **0 g** tuků , **0 g** bílkovin

Autor: Vera

Odkaz: <https://srecepty.cz/zavareni-mladych-fazolovych-lusku-kyselý-nalev>

Příprava

Lusky odvlákníme a odstraníme jejich konce. Pořádně je umyjeme. Nakrájíme je a povaříme (2-5 minut) do měkka. Pak je scedíme, zchladíme ve studené vodě a naplníme do sklenic. Kyselý nálev si připravíme smícháním 4 l vody, 0,75 l octa (8%) a 0,1 kg soli. Fazolové lusky pak zalijeme nálevem. V přehřáté troubě pak sterilizujeme při teplotě 100 °C cca 40 minut. Aby nám lusky zkvasily, je důležité druhý den sterilizaci opakovat!



Ingredience

- ✓ 4-5 kg fazolových lusků (bílých nebo žlutých)
- ✓ 4 l vody
- ✓ 0,1 kg soli
- ✓ 0,75 l octa (8%)

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Podzim, Finančně nenáročná, Zelenina, Klasika, Rodina, Ostatní