

Jak zrobić zakwas bez glutenu? - Przepis na zakwas bezglutenowy



Składniki:

- ☐ Mąka bezglutenowa np. mąka ryżowa
BEZGLUTEN - 100 g
- ☐ Woda - 100 ml
- ☐ Sok z cytryny - 1 łyżeczka
- ☐ Cukier - 1 łyżeczka

Przygotowanie

Wybierz duży szklany słoik. Pamiętaj, że zakwas będzie rósł, dlatego musi mieć sporo miejsca. Wsyp do niego mąkę i pozostałe składniki. Dokładnie wymieszaj łyżką. Przykryj gazą lub ściereczką kuchenną i odstaw w ciepłe miejsce. Po 12 h wymieszaj, przykryj i odstaw. Po kolejnych 12 h dodaj 100 g mąki i 100 ml wody, przykryj i odstaw. Czynności te powtarzaj przez kilka kolejnych dni, aż zobaczysz, że zakwas jest gotowy. Po czym to poznasz? Będzie pełen pęcherzyków, a jego zapach będzie przypominał drożdże. Czas przygotowania to ok. 5 dni. Zależy to jednak od temperatury, im jest cieplej, tym zakwas będzie gotowy szybciej.

Przygotowanie domowego zakwasu wcale nie jest trudne, wymaga jedynie trochę czasu. Pamiętaj, aby przed dodaniem go do ciasta na chleb, odjąć ok. 2-3 łyżki, włożyć do szklanego słoika i odstawić do lodówki. W ten sposób zaoszczędzisz trochę czasu na przygotowanie nowego zakwasu przy kolejnym pieczeniu chleba. Wszystkie produkty potrzebne do przygotowania zakwasu i domowego chleba znajdziesz w naszym [sklepie bezglutenowym](https://bezgluten.pl).