FERMENTIRANA MARMELADA IZ HRUŠK

Sestavine:

- 500 g hrušk
- 1 žlica medu (uporabila sem akacijevega)
- ½ žličke cimeta
- ½ žličke soli
- 50 ml vodnega kefirja

Priprava fermentirane marmelade

Hruške olupite in jih po dolžini narežite na četrtine, odstranite peške in pecelj. Narežite jih na manjše in večje koščke. Hruške, med, cimet in sol preložite v manjšo kozico. Pet minut kuhajte na zmernem ognju ter pretlačite v pire. Odstranite iz štedilnika in ohladite na sobno temperaturo. Ko se mešanica ohladi, dodajte vodni kefir. Mešanico naložite v Kefirko kozarec, pokrijte in izčrpajte zrak. Pokrijte z zgornjim pokrovom in pustite fermentirati na sobni temperaturi 2 dneva.

Ko se fermentacija zaključi, shranjujte v hladilniku do 2 mesecev. Fermentirano marmelado lahko dodate v puding iz chia semen, uporabite kot namaz na domačem kruhu ali dodate h kolačem.

Avtorica recepta: Vedrana Orlović

Več receptov za fermentacijo zelenjave ali sadja najdete tukaj.

Izdelki uporabljeni v tem receptu:

BIO zrna vodnega kefirja

Kupite na Kefirko.com

Kefir Fermentor

Kupite na Kefirko.com

Fermentor zelenjave

Kupite na Kefirko.com