



Brottrunk



Zutaten

- 200 g altes Sauerteibrot
- 1 EL Sauerteig
- 1 Liter heißes Wasser
- 1 EL Zitronensaft
- 1 EL Honig



Zubereitung

Zunächst wird vom übergebliebenen Sauerteibrot die Kruste entfernt und danach zerkleinert. Alles in ein verschließbares Glas füllen und mit heißem Wasser übergießen. Nun muss alles einen Tag ruhen. Am zweiten Tag wird das Wasser abgeseiht und kommt ohne dem Brot zurück in das Glas, wo jetzt der Sauerteig, Honig und Zitrone hinzugefügt werden. Nun wird alles verschlossen und muss 4 bis 6 Wochen gären. Immer wieder mal schütteln und kurz öffnen, damit die Kohlensäure entweichen kann. Nach der Gärzeit alles nochmals durchsieben und in eine Flasche füllen. Der Brottrunk ist zwei Wochen haltbar.