

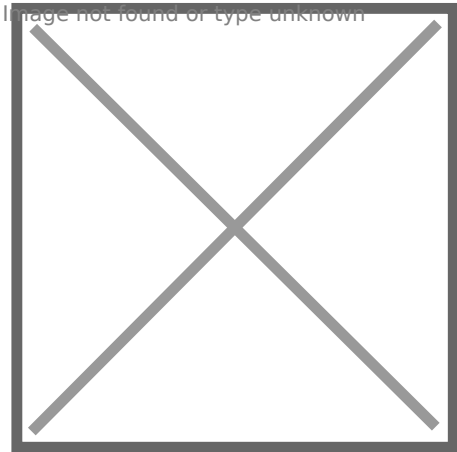
## Рецепты Bravolli > Закуска

# Закуска из древесных грибов и пророщенного маша

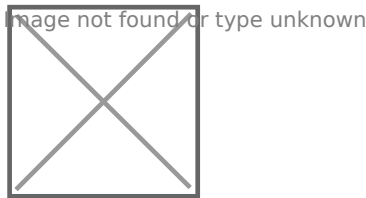
Сложность: Вложить душу

4 порции

15 мин



### Продукты Bravolli:



Маш

### Способ приготовления:

- Залить сухие грибы горячей водой, посолить, оставить на 10 минут.
- В это время нарезать кубиком лук и перец, натереть морковь на терке.
- Приготовить заправку: соединить масло, уксус, соль и черный перец, тщательно перемешать до растворения соли.
- Смешать все ингредиенты, залить заправкой и дать настояться в холодильнике 1 час.

### Совет от бренд-шефа BRAVOLLI

#### Как прорастить маш?

Положите маш одним слоем в большой контейнер.

Залейте маш водой комнатной температуры, закройте крышкой и оставьте на ночь. Утром появятся маленькие ростки. После очистки от зеленой оболочки продукт готов к

употреблению, но проращивание можно продолжить.

1. Слейте воду, промойте маш, накройте влажной салфеткой.
2. 2-3 раза в день смачивайте салфетку и промывайте маш.
3. Для уменьшения скорости роста побегов уберите контейнер в холодильник.
4. Пророщенный маш можно употреблять в любом виде.

