



Recept: far sez mustarda

Ingrediencias:

250 g senav mellen
100 g zutger u mel d'avieuls
25 g sal
150g aschieu
200g aua
spezarias tenor gust

L'emprim èsi da mular il senav tar ina farina. Meglier vai da mular il senav sch'el è schelà. Sch'ins n'ha nagin mulin per mular il senav pon ins duvrar in mulin da café. Quel sto dentant esser schuber da restanzas da café e per schubregiar quai mulin mol'ins l'emprim granezzas da ris. Quai pon ins lura era puspè far per schubregiar il mulin da café da las restanzas dal senav. Pli fins ch'il senav è mulà e pli fina che la mustarda vegn lura era la finala.

Ensemen cun il senav pon ins era mular curry, paprica, chili, paiver u schizunt intginas nuschs. Tut tenor gust maschaid'ins lien tschagula, agl, capras u era legums. I dovra magari in pau curaschi da far las maschaidas per ina mustarda.

Per far la mustarda bugl'ins curt l'aua cun l'aschieu. La pulvra da senav e las spezarias vegnan maschadadas en ina cuppa e derschentadas cun l'aua d'aschieu ch'è sfradentada in pau. La maschaida liquida na dastga betg esser pli chauda che 30°C, la chalira donnegia numnadamain l'aroma en l'iel dal senav. L'entira broda sto vegnir maschadada fitg bain durant ca. 5 minutas. Na sajas betg sorprendì sche la broda è fitg liquida a l'entschatta. La farina dal senav tschitscha l'aua plaun a plaun.

Uss è la mustarda bunamain finida. Per ch'ella possa sviluppar l'aroma èsi da laschar star ella 2-3 dis. Sche vus deponis vossa mustarda en la frestgera tegna ella ca. 5 enfin 6 mais.
