

Translations:Conserve lactofermentées/143/ar

لصنع الخردل، تُنقع بذور الخردل (السوداء أو البنية) في الماء لمدة يوم أو يومين، ثم يتم التخلص من الماء. اسحق البذور في الهاون مع إضافة القليل من عصير الفيرجو والملح أو الخل أو محلول ملحي مخمر باللبن. إذا كنت ترغب في الحصول على خردل ناعم، اسحق كل البذور، وإذا كنت تفضل الخردل القديم، اترك بعض البذور كاملة.