ЗАКУСКА

Домашна попара с масло и сирене



Домашна попара с топла вода, кърма или адаптирано мляко, масло и натрошено сирене - проста, топла и позната. Често сред първите любими ястия; готви се бързо и е мека за малки устички.

Подготовка: 5 мин **Готвене:** 2 мин **Общо:** 7 мин **Порции:** 2 **Възраст:** От 8 месеца
Трудност: Лесно

Съдържа алергени: Млечни продукти, Глутен

Съставки

- 1 филия стар хляб
- 150 мл. топла вода, кърма или адаптирано мляко (прясно мляко след навършена една година)
- 1 ч.л. масло
- 1-2 с.л. натрошено обезсолено сирене или извара

Начин на приготвяне

1. Подготовка на хляба: Накъсайте филията хляб на малки парченца и ги поставете в купичка, подходяща за сервиране.
2. Добавяне на течността: Залейте хляба с топлата течност, като се уверите, че всички парченца са добре овлажнени.
3. Овкусяване: Добавете маслото и натрошеното сирене. Разбъркайте внимателно, за да се разпределят равномерно.
4. Омекване: Оставете попарата да престои 1-2 минути, докато хлябът омекне напълно и се получи приятна, кремообразна текстура.
5. Сервиране: Поднесете попарата топла.
6. По желание: По желание можете да обогатите попарата с малко настъргано сирене с по-ниско съдържание на сол. Ако използвате прясно мляко и търсите по-лека версия, заменете част от него с вода.

Съхранение

- Попарата е най-добра прясно приготвена. Ако сте я приготвили с вода или прясно мляко, съхранявайте я в затворен контейнер в хладилника до 24 часа и я затоплете на водна баня до топла температура. Попара с кърма или адаптирано мляко приготвяйте непосредствено преди хранене и не пазете остатъка.
- Ако остане неизползвана кърма, адаптирано или прясно мляко, съхранявайте ги отделно в хладилника и пригответе прясна попара на следващия ден.

Съвети

- Домашната попара с масло и сирене е от онези храни, които носят познатия вкус на уют и сигурност. Лесна и позната на всички, тя става за начало на деня.
