

## **„Prosoto“ zo Stillfriedu (podľa rakúskej archeobotaničky M. Kohlerovej-Schneiderovej)**

Stoklas obilný zbavíme pliev tak, že ho zľahka opožíme na veľkom železnom plechu, nato ho ručne vyšúchame a na plochej tácke odfúkame uvoľnené plevy (čas prípravy: 2 osoby, spolu 15 minút).

### Suroviny:

1 šálka prosa (zbaveného pliev, napr. pšeno)

1 šálka jačmeňa (zbaveného pliev, najlepšie jačmeň nahý)

½ šálky stoklasu obilného (poľná burina)

5 – 6 šálok vody

kúsok mastnej slaniny

trocha soli

trocha tymiánu

### Príprava:

Slaninu pokrájame na malé kocky a zohrejeme vo väčšom hrnci, potom v nej opožíme jačmeň, zalejeme vodou, osolíme a varíme asi  $\frac{3}{4}$  hodiny. Nakoniec pridáme proso, stoklas a tymián a na miernom ohni varíme prikryté ďalšiu štvrt' hodinu, kým sa voda nevyparí a „prosoto“ nie je mäkké.