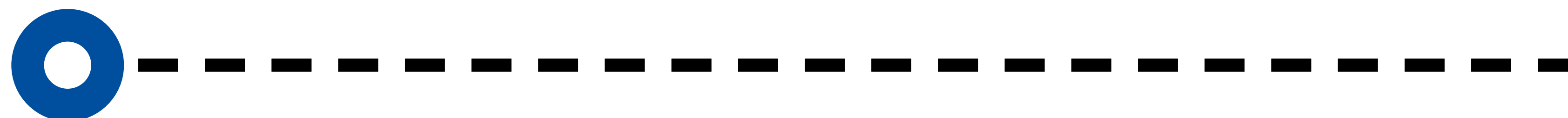


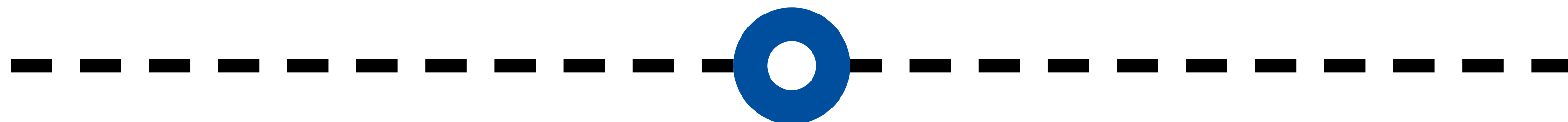
Przepis autorstwa
Nneki Ugwu

Fufu



Składniki

400 g mąki gryczanej
1,5 l wody



Przygotowanie

Zagotować wodę, powoli dodawać mąkę do wrzątku i mieszać drewnianą łyżką aż do uzyskania gęstej konsystencji.

