

## Δείτε πως μπορείτε να μαλακώσετε τους γίγαντες!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Φωτο: [cookoo.gr](#)

Αγαπημένα χειμερινά όσπρια, που θέλουν όμως τα κολπάκια τους!

Καταρχήν, πολύ βασικό, βάζουμε τους γίγαντες από το απόγευμα τις προηγούμενης μέρας σε αρκετό νερό, στο οποίο έχουμε διαλύσει σόδα, να μουσκέψουν.

Την επόμενη ημέρα τους ξεπλένουμε καλά και τους βράζουμε μέχρι να μαλακώσουν (ξαφρίζοντάς τους) για περίπου 40'. Τους στραγγίζουμε και τους βάζουμε μέσα στο ταψί για 40 λεπτά. Έτοιμοι!

Πηγή: [neadiatrofis.gr](#)