

Selbst eingelegte Rote Beete-Rotkohl-Mischung



Stufe 2



Zubereitungszeit: 30 min
Ruhezeit: 30 d



Zutaten:

1 Rote Beete
0,5 Rotkohl, frisch
1 Stck. Ingwer
1 TL Meersalz



Schmitt
Krauthobel



Schüssel (hoch)
von Rösle



Casparek Petra:
Einmachen &
Fermentieren



Schmitt
Krautstampfer



Kilner Clip Top
Einmachglas



Lurch RazorTech
Mini X-Reibe fein



PEUGEOT
Weißes
Kristallsalz Sel
blanc, 370g



Burgvogel
Kochmesser
Natura Line



Microplane
Vierkantreibe
Specialty



Kilner Fermentati
ons-Set, 5-teilig

1

Den halben Rotkohl mit einem Kochmesser klein schneiden.

2

Die mittelgroße rote Beete und ein ca. 5 cm großes Ingwerstück schälen und fein reiben.

3

Alle Zutaten in eine große Schüssel geben und mit dem Meersalz bestreuen. Am besten Handschuhe anziehen und mit den Händen gut vermischen. Anschließend lassen Sie es einige Stunden unter gelegentlichem Mischen stehen, bis sich die Säfte am Boden der Schüssel ansammeln.

4

Das Gemüse in ein sauberes Einmachglas geben und gut andrücken. Die Flüssigkeit (den entstandenen Gemüsesaft) hinzugeben.

5

Wenn die Säfte die Mischung nicht vollständig bedecken, fügen Sie mehr Salzwasser hinzu (1 TL Meersalz auf 1 Tasse Wasser). Stellen Sie sicher, dass zwischen dem oberen Rand des Glases und der Flüssigkeit ein Freiraum von ca. 1,5-2 Zentimeter verbleibt.

6

Das Ganze mit einem Kohlblatt oder Beschwerungssteinen abdecken und leicht schließen. Setzen Sie den Deckel auf und lassen Sie ihn locker befestigt. Wenn Sie einen Clip verwenden, befestigen Sie den Clip nicht vollständig.

7

~~Lassen Sie das Glas 4 Wochen lang bei Zimmertemperatur stehen (je länger Sie es stehen lassen, desto stärker ist der Geschmack). Nehmen Sie eine Kostprobe mit einer sauberen Gabel.~~

8

Um die Gärung zu beenden, das Glas dicht verschließen und zum Abkühlen im Kühlschrank aufbewahren. Es ist jetzt essfertig und hält sich einige Monate im Kühlschrank.

Probieren Sie sich nach Belieben daran, Gewürze hinzuzugeben. Wie wäre es mal mit Piment und Nelken? Ein anderes Mal dann vielleicht mit Wacholderbeeren und Zimt? Alles kann, nichts muss: Es hat auch so einen wunderbaren Eigengeschmack.