



## **Rezept für Kimchi mit Weißkohl und Möhren**

Ein 1-Liter-Weckglas mit kochendem Wasser füllen und beiseite stellen. Das Gemüse vor dem Schneiden gründlich waschen.

250 g Möhren                   schälen und grob raffeln.  
200 g Weisskohl               in Streifen schneiden.  
150 g Wirsing                 in Streifen schneiden.  
60 g Rettich                  schälen und in Scheiben schneiden.  
10 g Ingwer                  in feine Scheiben schneiden. Das Gemüse mit

1 EL Sojasauce,  
½ TL Paprika scharf,

4 TL Paprika süß             und

15 g Salz                    in eine Schüssel geben und 5 bis 10 Min. mit den Händen kräftig kneten, bis der Gemüsesaft herausläuft. Das Gemüse soll später im Glas mit diesem Saft ganz bedeckt werden. Das Gemüse muss kräftig gesalzen sein, nach dem Fermentieren reduziert sich der Salzgeschmack deutlich.

Das Weckglas nun ausgießen und mit dem Gemüse befüllen und kräftig mit Hilfe eines kleinen Glases nach unten pressen. Die Flüssigkeit wird nach oben gedrückt, das Gemüse soll vollständig mit Saft bedeckt sein. Das kleine Glas am besten mit ins Weckglas stellen, so ist auch gewährleistet, dass entweichende Gase genug Platz im Weckglas haben. Dieses muss außerdem täglich gelüftet werden, damit die Gase entweichen können. Das Weckglas wird nun luftdicht verschlossen und an einen dunklen Ort bei Zimmertemperatur 5 Tage gelagert. Nach der Fermentation kann es mehrere Monate im Kühlschrank aufbewahrt werden.