

Kimchi – fermentierter Chinakohl

Zutaten:

- 2 kg Chinakohl
- 200 grobes Meersalz

- 150 g Kochugaru (koreanisches Chilipulver)
- 250 g Zwiebeln, fein gehackt
- 1 ½ EL frisch gepresster Knoblauch
- 1 ½ EL fein geriebener Ingwer
- 200 g Rettich, gerieben
- 2 EL Fischesauce
- 1 Birne, geschält, entkernt und grob gehackt
- 1 EL Stärkemehl, in wenig Wasser aufgelöst

Zubereitung:

Den Chinakohl längs vierteln. Das Salz zwischen die Blätter geben und den Chinakohl mit der Schnittfläche nach oben in eine Schüssel geben. Mit Wasser übergiessen, bis der Chinakohl gerade knapp mit Wasser bedeckt ist. Das Gemüse mit einem Gewicht beschweren, so dass alle Chinakohlblätter unter Wasser sind. Bei Raumtemperatur 24 Stunden stehen lassen.

Den Chinakohl aus dem Salzwasser heben und mehrmals mit kaltem Wasser ausspülen. Das Gemüse gut abtropfen lassen und etwas ausschütteln, bis es möglichst trocken ist.

Die übrigen Zutaten im Cutter zu einer feinen Paste verarbeiten. Die trockenen Chinakohlblätter gut mit Würzpaste einreiben.

Die gut eingeriebenen Chinakohl-Viertel zusammenrollen und in ein verschliessbares Gefäss geben und in den Kühlschrank stellen. Das Kimchi ist ab sofort geniessbar, hält sich aber in der Kühle gut zwei Wochen.



Schweizer Radio
und Fernsehen