

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



Kimchi - fermentiertes Gemüse

Köchin: Kum-soon Lee

Zutaten

(2 Personen)

- 5 kg Selleriekohl
- 2 Äpfel gewürfelt
- ½ Stk. weißer Rettich, geschält & gewürfelt
- 500 g Salz
- 100 g Zucker
- 160 g Chilipulver, fein, scharf (Gochugaru)
- 1 kleine Schale gekochter Reis
- ca. 70 g Ingwer, geschält & gewürfelt
- 10 Knoblauchzehen
- 180 g gesalzene Minigarnelen
- 3 EL Fischsauce verdünnt mit ½ L Wasser
- 3-4 Frühlingszwiebeln in Ringe geschnitten
- Ein Bund Minari (koreanische Petersilie) gehackt

Zubereitung

Selleriekohl längs in Viertel schneiden, nicht auseinanderbrechen.

Den geschnittenen Selleriekohl salzen. Vorsichtig zwischen den Blättern salzen und in einen großen Behälter einlegen. Danach den Behälter mit Wasser auffüllen, bis der ganze Selleriekohl bedeckt ist.

1 Tag ruhen lassen.

Selleriekohl mindestens zweimal mit Wasser abspülen. Salzüberreste sollten gründlich ausgewaschen werden.

Zubereitung der Kimchisauce -/Püree:

Rettich, Äpfel, Ingwer, Knoblauchzehen, gesalzene Garnelen, Zucker und eine Schale gekochten Reis zusammen mit dem mit Fischsauce versehenen Wasser in einem Standmixer fein pürieren.

Nun das Püree in einen großen Behälter gießen und das Chilipulver einrühren.

Frühlingszwiebeln und Minari begeben.

Den gründlich gewaschenen Selleriekohl mit dem Kimchipüree gut einreiben, auch zwischen den Blättern.

Danach Kimchi in einen sauberen luftdichten Behälter einlegen und gut verschließen. Darauf achten, dass das Gemüse mit Flüssigkeit bedeckt ist, um Austrocknung und Verderben zu verhindern.

1 Tag bei Raumtemperatur ruhen lassen, danach im Kühlschrank lagern.

Nach ca. 4 bis 5 Tagen Gärung ist Kimchi essreif.

Bei herkömmlicher Lagerung im Kühlschrank kann das Kimchi bis zu 4 Monate gelagert werden.