

# Chinakohl-Kimchi (Baechu Kimchi)

**Dauer: 30 Minuten (ohne Ziehzeit) Portionen: 500-750 ml Glas**

**Lies bitte das komplette Rezept durch, bevor du beginnst!**

## Zutaten:

1 mittelgroßer Chinakohl (1 kg)	2 EL Sojasoße
60 g grobes Salz, naturbelassen	1-2 EL Gochugaru-Pulver oder Paste (ersatzweise milde Chiliflocken nach Geschmack)
1 Apfel oder Birne	1 TL Kurkuma, gemahlen oder gerieben (optional)
1 kleine Zwiebel	
2 Knoblauchzehen	
1 kleines Stück Ingwer (ca. 2cm)	
2 EL Sirup (z.B. Reissirup oder Agavendicksaft)	
2 Frühlingszwiebeln	
1 Karotte	
150 g Rettich (z.B. Daikon)	



Die vielen verschiedenen Zutaten und winzigen Helfer (Mikroben) im Kimchi sorgen zusammen für einen Geschmack, der ganz besonders ist und den man immer wiedererkennen kann



## Zubereitung:

- 1.** Das Gemüse waschen und ein bis zwei äußere Blätter des Chinakohls für später beiseitelegen. Den Chinakohl in mundgerechte Stücke schneiden und in eine Schüssel geben. Mit dem groben Salz bestreuen, einmassieren und 3-4 Stunden oder über Nacht stehen lassen, damit er weicher wird und Wasser zieht. Danach den Kohl gut abspülen, um das überschüssige Salz zu entfernen, und abtropfen lassen.
- 2.** Für die Sterilisation des Glases, den Deckel und das Glas zunächst spülen. Dann in einem großen Topf Wasser füllen und ihn auf den Herd stellen. Das Wasser zum Kochen bringen und sowohl das Glas als auch den Deckel vorsichtig in das kochende Wasser legen. Darauf achten, dass das Wasser das Glas ganz bedeckt und 10 Minuten auskochen lassen.
- 3.** Abschließend das Glas vorsichtig mit einer Zange oder einem sauberen Küchentuch aus dem Wasser nehmen und auf ein sauberes Tuch zum Trocknen legen.
- 4.** Die Frühlingszwiebeln halbieren und in Streifen schneiden. Die Karotten und den Rettich in dünne Streifen schneiden.
- 5.** Das Kerngehäuse des Apfels oder der Birne entfernen. Danach Apfel oder Birne, Zwiebel, Knoblauch, Ingwer, Gochugaru oder Chili, Kurkuma und den Reissirup in einen Mixer geben und alles glatt pürieren. Das pürierte Gemisch in eine Schüssel geben und mit den Frühlingszwiebeln, den Karotten- und Rettichstreifen und der Sojasoße vermischen.
- 6.** Die abgetropften Kohlstücke in die Schüssel mit der Soße geben und die Soße gründlich mit dem Kohl vermengen, sodass jedes Blatt vollständig bedeckt ist.
- 7.** Das Kimchi in ein 500-750 ml steriles Glas (z.B. Einmachgläser oder Bügelgläser) füllen, dabei die Luft herausdrücken und 2-3 Fingerbreiten Platz zum Glasrand frei lassen.
- 8.** Den Kohl mit den beiseitegelegten Blättern abdecken, indem eine Art Deckel geformt wird. Diesen fest herunterdrücken und darauf achten, dass keine Luft unter dem Deckel bleibt. Bestenfalls ein Gewicht (z.B. aus Glas/Keramik oder einen ausgekochten Naturstein) auf die Blätter legen und herunterdrücken. Das Gemüse sollte in der Lake stehen. (Falls in der Paste zu wenig Flüssigkeit steckt und der Kohl noch oberhalb der Wasseroberfläche herausragt, kann eine Salzlake im Verhältnis 1:1 angerührt und damit das Glas aufgefüllt werden. Wieder darauf achten, dass 2-3 Fingerbreiten zum Glasrand freigelassen werden.
- 9.** Das Kimchi 3-7 Tage idealerweise bei 16-18 C im Dunklen stehen lassen. Das Glas auf einen tiefen Teller stehen lassen, da das Kimchi bei wärmeren Temperaturen gärt und überlaufen kann.