

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 Chiliflocken)
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 wieder erkennen kann



Zubereitung:

1. Das Gemüse waschen.
2. 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.
3. 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.
4. Abschließend das Glas vorsichtig mit einer Zange oder einem sauberen Küchentuch aus dem Wasser nehmen und auf ein sauberes Tuch zum Trocknen legen.
5. Die Frühlingszwiebeln in 3-5 cm große Stücke schneiden.
6. Die Karotten und den Rettich in dünne Streifen schneiden.
7. Das Kerngehäuse des Apfels oder der Birne entfernen. Danach Apfel oder Birne, Zwiebel, Knoblauch, Ingwer, Gochugaru, Kurkuma und den Reissirup in einen Mixer geben und alles glatt pürieren. Das pürierte Gemisch in eine Schüssel geben und mit der Frühlingszwiebeln, den Karotten- und Rettichstreifen, der Sojasoße vermischen.
8. Die abgetropften Kohlstücke in eine Schüssel geben. Die vorbereitete Soße über die abgetropften Kohlstücke gießen. Mit Handschuhen den Kohl gründlich mit der Soße vermengen, sodass jedes Blatt vollständig bedeckt ist.
9. Das Kimchi in ein 500-750 ml steriles Glas (z.B. Einmachgläser oder Bügelgläser) füllen und dabei die Luft herausdrücken. Das Glas sollte mindestens zu 2/3 aber maximal 3/4 gefüllt sein.
10. 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 einer 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. Darauf achten, dass mindestens 3 cm Luft bis zum Glasrand freigelassen werden.
11. Das Kimchi zunächst für mindestens einen Tag, besser 2-3 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.
12. Danach das Kimchi im Kühlschrank aufbewahren. Manche mögen Kimchi nach nur 3 Tagen Anfermentierung, für einen volleren Geschmack ist es jedoch nach einer Woche noch besser.