



Rezept

Chinakohl Kimchi

Der Koreanische Klassiker: fermentieren für Zuhause

30 Min

Aktive Zeit



180 Min

Gesamtzeit



Zutatenliste für 4 Personen

CHINAKOHL

2 Chinakohl (ca. 800 g), mit dem Strunk längs geviertelt, sodass die Blätter zusammenhalten **Saison**

20 g Salz

PASTE

200 g Rettich, fein gerieben

2 Knoblauchzehen, fein gehackt

3 Bundzwiebeln, fein gehackt

4 cm Ingwer, fein gehackt

2 - 4 TL Chiliflocken, Schärfe nach Belieben

2 EL Fischesauce oder Sojasauce

1 TL Zucker

Und so wird's gemacht

1 von 2

CHINAKOHL

Chinakohl in kaltes Wasser tauchen, sodass das Wasser auch zwischen die Blätter reicht. Dann die Blätter mit dem Salz einreiben, dabei zum Strunk hin mehr Salz verwenden. Dann den Chinakohl in eine grosse saubere Schüssel legen und für ca. 3 Stunden bei Raumtemperatur ziehen lassen, dabei den Chinakohl gelegentlich wenden.

2 von 2

PASTE

Knoblauch mit den restlichen Zutaten im Mörser zu einer Paste zerdrücken.

Sobald die Kohlblätter weich und biegsam sind, das Salz abwaschen. Dann nach und nach die Blätter mit der Paste einreiben, sodass alles bedeckt ist. Den Kohl in einen verschliessbaren Behälter oder einen Plastiksack geben, restliche Paste darüber verteilen. Dann luftdicht verschliessen und im Kühlschrank oder bei Raumtemperatur 2-5 Tage gären lassen.

TIPP

Die Fischsauce kann mit Sojasauce oder Misopaste ersetzt werden, das Kimchi ist dann vegan. Die grossen Kohlstücke können zum Servieren mundgerecht zugeschnitten werden. Kimchi lässt sich als Beilage zu Reisgerichten, Fleisch und Fisch servieren.