

Domácí kvašená zelenina

Časová náročnost: minut

Seznam přísad

| | |
|---------|--------------------------|
| 1 kg | zelí (bílé nebo červené) |
| 6 ks | mrkev |
| 4 ks | cibule |
| 2 lžíce | sůl |
| 1 lžíce | kmín |



Postup přípravy

Zelí obereme, omyjeme a nakrouháme. Očištěnou mrkev nastrouháme na hrubém struhadle. Cibuli oloupeme a nakrájíme na půlkolečka. Vše dáme do velké mísy, kde osolíme a okmínujeme. Nyní promačkáme zeleninu dohromady tak, aby pustila šťávu. Připravíme si velkou skleněnou nádobu a prosolenou a okmínovanou zeleninu do ní přendáme. Nebojíme se přitlačit a upěchovat. Zatížíme kameny (popř. jinou skleněnou nádobou s vodou) tak, aby zelenina byla potopená ve vlastní šťávě a nešel k ní žádný vzduch. Necháme při pokojové teplotě zhruba 1 týden kvasit. Kvašenou zeleninu poté přendáme do lednice, ale dbáme na to, aby byla stále ponořená v nálevu. Takto nám vydrží velmi dlouho. Podle chuti odebíráme.