Kvasená kyslá kapusta (stupavská) :)

Potrebujeme: kapustu, rascu, cibuľu, bobkový list, čierne korenie, soľ, jablká, chren, mrkvu.

Postup: kapustu očistíme od poškodených a zelených listov, hlúbik vyrežeme alebo prerežeme a kapustu nakrájame na 2-3 mm pásiky (Na rezanie použijeme strúhadlo na kapustu, v menšom množstve nakrájame nožom alebo použijeme V-krájač. Najjednoduchšie je kúpiť už narezanú kapustu, ak je možnosť.). Narezanú kapustu plníme do väčšej nádoby, súčasne presoľujeme a utláčame nohami v gumákoch, prípadne si na obuv natiahneme viac kusov vreciek, pričom vrch prelepíme lepiacou páskou. Na jeden kilogram kapusty pridáme 20 g soli. Kapusta je utlačená, keď púšťa šťavu a „začne peniť“. Ak kapustu nakladáme do kameninovej nádoby, kapustu utlačíme v inej nádobe (pretože sa tam nohou nedostaneme) a do kameniny vkladáme po vrstvách aj so vzniknutou šťavou. Pri vkladaní pridáme nakrájané jablká a dobre zatlačíme, pretože musíme vytlačiť všetok vzduch. Povrch kapusty zaťažíme vyvarenými doštičkami vyrobenými z tvrdého dreva a väčším plochým kameňom. Do žliabku keramickej nádoby nalejeme vodu a prikryjeme vrchnákom. Ak kapustu nakladáme do suda, na zaťaženie môžeme použiť väčšie PVC mechy naplnené vodou, ktoré po naplnení zviažeme špagátom a zaťažíme doskami a kameňmi (takto to robia aj vo veľkovýrobe, voda tesní a zároveň zaťažuje). Zaviažeme tak, aby mohli unikať plyny z kvasenia, a pritom neunikla šťava. Nádobu s kapustou uložíme do miestnosti s teplotou do 10-15 °C, kde búrlivo vykvasí za 4-5 týždňov. Po vykvasení nádobu preložíme do chladnejšej miestnosti, no nie do mrazu. Nepriateľom kvasenej kapusty je vzduch. Tam, kde má prístup, kapusta začne plesnivieť a neskôr hniť. Ak už máme kapustu v súdku alebo keramickej nádobe odobratú, môžeme kapustu preložiť do zaváracích pohárov, ktoré naplníme až po okraj a uzavrieme viečkom. Položíme na podnos, pretože môže dokvasovať a z pohárov bude unikať šťava. Môžeme ju aj zasterilizovať vo vodnom kúpeli (720 ml poháre pri 65° cca 45 minút) a necháme vychladnúť. Bude ako čerstvá a zachová si vitamíny.

Záhorácke recepty ↑

Copyright © 2013 - 2026 Encyklopédia poznania