

KIMCHI Z MUSEM Z ANANASA

Składniki na 2 porcje:

Kimchi:

- 2 główki kapusty pekińskiej
- solanka
- 3 l wody
- 90 g soli niejodowanej

Kleik:

- 100 g mąki ryżowej
- 1 litr wody

Pasta:

- 100 g przecieru ananasowego Purena
- 1 cebula
- główka czosnku
- 10 cm korzenia imbiru
- 50 g sosu sojowego
- mała garść chili gochugaru
- pęczek szczypiorku
- 1 marchewka
- 1 biała rzodkiew (daikon)



SPOSÓB WYKONANIA:



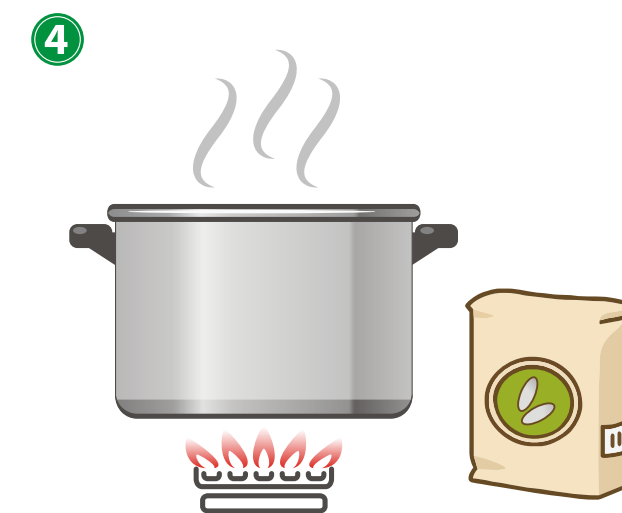
1 Wymieszać wodę z solą.



2 Przekrojoną kapustę zanurzyć w solance.



3 Docisnąć talerzem i trzymać 12-24 h.



4 Mąkę ryżową zagotować z wodą aż do powstania kleiku.



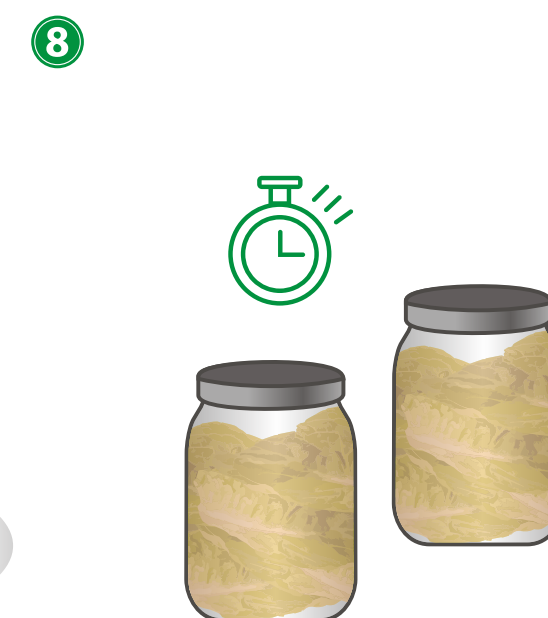
5 Do blendera wrzucić: cebulę, przecier ananasowy, imbir, czosnek i zmiksować.



6 Do pasty dodać sos sojowy, chilli, marchew w słupkach, szczypiorek i daikon. Wszystko wymieszać.



7 Natrzeć pastą każdy liść kapusty.



8 Słoik lub pojemnik fermentacyjny z kapustą pozostawić na 2-6 dni. Podawać jako surówkę lub jako składnik dań.

Wartości odżywcze:

100 g
16 kcal

Gotowe danie spożyć w przeciągu 24 h.
Otwartą saszetkę PURENA przechowywać w lodówce przez 7 dni.