

Kwaszona sałatka z kapusty



CAROLINE1983



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

kapusta biała	4 kg
marchew	30 dag
ogórki	30 dag
sól	5 łyżek
Pieprz czarny mielony Prymat	1 płaska łyżeczka
papryka zielona	4 straki
papryka żółta	4 straki
papryka czerwona	4 straki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kapustę oczyścić z wierzchnich lisci, poszatковать. Ogórki umyć, pokroić w plasterki. Paprykę umyć, oczyścić pokroić w cienkie paski. Marchew umyć, oskrobać, zetrzeć na tarce z dużymi oczkami. Wszystkie warzywa dokładnie wymieszać, dodać pieprz i sól i jeszcze raz wymieszać. Odstawić w chłodne miejsce na 2-4 godziny. Warzywa układać w słoikach ciasno ubijając. Pozostały z warzyw sok w miarę możliwości wlać na wierzch warzyw (o ile będzie miejsce bo podczas ubijania warzywa też go puszczą). Słoiki odstawić na 2 tygodnie (pod spód najlepiej podłożyć jakąś tacę bo ze słoików może wyciekać w trakcie kiszenia nadmiar soku). Po 2 tygodniach odstawić słoiki w chłodne miejsce lub zapasteryzować przez 15 minut (do dłuższego przechowywania). Nie trzeba bardzo ściśle trzymać się przepisu. Jeśli ktoś lubi to może dać któregoś składnika więcej. Sól dajemy mniej więcej w ilości 1 łyżki na 1 kg warzyw. Sałatkę można podawać prosto ze słoika lub przyprawić jak tradycyjna kapustę kiszona dodając siekaną cebulę, tarte jabłko i olej.