

Kapusta kwaszona



RENATAZ-ET



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

kapusta biała	2 kg
marchewki	2
sól	3 łyżki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kapustę oczyścić, drobno poszatkować, marchewkę zetrzeć na tarce i wymieszać z solą. Ubić w kamiennym garnku lub w słoju, obciążyć, przykryć ściereczką. Po kilku dniach gdy pokaże się piana, łyżką drewnianą zrobić w kilku miejscach otwory w kapuście. Pozostawić do dokwaszenia. Po 6-7 dniach kapusta będzie gotowa. Należy ją wówczas przełożyć do słoików, zakręcić, pasteryzować i wynieść w chłodne miejsce.