

WARZYWA

Kimchi z kapusty pekińskiej według Sue Pressey

Pogi-kimchi według Sue Pressey z My Korean Kitchen: ćwiartki kapusty pekińskiej z rzodkwią, gochugaru, sosem rybnym i saeujeot.

Autor przepisu: Sue Pressey · My Korean Kitchen



CZAS

Przygotowanie: 2 godziny 30 minut; solenie: 6 godzin; łącznie: 8 godzin 30 minut. Potem 24 godziny fermentacji i 3-4 dni w lodówce dla pełniejszego smaku.

PORCJA

7 litrów, według autorki

Metoda: Solenie kapusty, nacieranie pastą i fermentacja

Sezon i surowiec: Przez cały rok; wybieraj jędrne główki kapusty

Przechowywanie: Po 24 godzinach wstaw do lodówki, najlepiej do 3-5°C. Przechowuj szczelnie zamknięte; wyjmuj porcje czystym przyborem.

Składniki

- 4 kg kapusty pekińskiej (usuń grube zewnętrzne liście)
- 3840 ml wody do solanki
- 285 g grubej koreańskiej soli morskiej lub naturalnej soli kamiennej do solanki
- 97 g soli o średniej wielkości kryształkach do posypania liści
- 2 łyżki mąki z kleistego ryżu
- 360 ml wody do kleiku ryżowego
- 141 g gochugaru - koreańskich płatków chili
- 540 g rzodkwi koreańskiej lub daikonu, pokrojonej w cienkie słupki
- 1 łyżka drobnej soli morskiej
- 3½ łyżki koreańskiego sosu rybnego
- 2 łyżki posiekanych solonych, fermentowanych krewetek (saeujeot)
- 90 g koreańskiego szczypiorku, pokrojonego na kawałki długości 5 cm

OPRACOWANIE / DR INŻ. NATALIA HORBACH

Natalia Horbach

Źródła i historia na stronie Fermentarni
fermentarnia.com



Kimchi z kapusty pekińskiej według Sue Pressey / ciąg dalszy

- 140 g marchwi, pokrojonej w cienkie słupki
- 42 g drobno posiekanego czosnku
- ½ łyżki drobno posiekanego imbiru
- 2 łyżki nierafinowanego cukru
- 75 g cebuli, zmiksowanej lub drobno startej

Łyżka ma 15 ml, zgodnie z objaśnieniem Sue Pressey. Podane gramy i mililitry są wartościami zapisanymi przez autorkę.

Sprzęt

- Duża miska, taca, worek przeznaczony do kontaktu z żywnością lub wiadro do żywności, durszlak i rondel
- Pojemnik do kimchi lub szczelny pojemnik z pokrywką

Przygotowanie

1. Podziel kapustę

Przekrój kapustę wzdłuż na ćwiartki i opłucz pod bieżącą wodą, pozostawiając liście połączone z głąbem.

2. Posól liście

Rozpuść grubą sól w 3840 ml wody. Zanurzaj ćwiartki i odkładaj na tacę. Rozdziel 97 g soli między grube białe części liści. Zachowaj solankę.

3. Pozostaw na 6 godzin

Włóż kapustę do worka do żywności lub wiadra, klinami do góry. Zalej zachowaną solanką. Zamknij worek; w wiadrze obciąż kapustę. Pozostaw na 6 godzin, obracając co 2 godziny.

4. Wypłucz i odsącz

Wypłucz sól pod bieżącą wodą, szczególnie z białych części liści. Odsączaj w durszlaku przez 1 godzinę.

5. Ugotuj kleik

Gotuj mąkę ryżową z 360 ml wody na średnim ogniu przez 5-8 minut. Ostudź zgęstniały kleik, dodaj gochugaru i wymieszaj.

6. Połącz pastę

Wymieszaj rzodkiew z drobną solą, sosem rybnym i saeujeot. Odczekaj 10 minut. Dodaj pozostałe składniki pasty oraz kleik z gochugaru.

7. Natrzyj kapustę

Na tacy nacieraj jedną stronę każdego liścia. Autorka używa 1-2 małych garści pasty na ćwiartkę. Nie odrywaj liści od głąba.

OPRACOWANIE / DR INŻ. NATALIA HORBACH

Natalia Horbach

Źródła i historia na stronie Fermentarni
fermentarnia.com



Kimchi z kapusty pekińskiej według Sue Pressey / ciąg dalszy

8. Pozostaw do fermentacji

Włóż do pojemnika do kimchi lub szczelnego pojemnika i zamknij pokrywę. Wypełnij tylko 70-80% pojemnika. Pozostaw w temperaturze pokojowej na 24 godziny, potem wstaw do lodówki. Przed jedzeniem sprawdź pH zgodnie z uwagą poniżej. Kimchi można podać po schłodzeniu i osiągnięciu pH 4,6 lub niższego; po 3-4 dniach smak będzie pełniejszy.

9. Odkrawaj porcje

Pokrój małą porcję i przechowuj ją w mniejszym szklanym pojemniku. Resztę zachowaj w całości w dużym pojemniku i krój tylko w miarę potrzeby.

Wskazówki

Uwaga redakcyjna: sos rybny i saeujeot zawierają ryby oraz skorupiaki. To przepis z tymi składnikami.

Dodatkowa wskazówka Colorado State University: przed jedzeniem sprawdź, czy kimchi osiągnęło pH 4,6 lub niższe. Sam czas fermentacji i schłodzenie nie potwierdzają tej wartości. Przy pleśni wyrzuć całą partię.

Jak podawać

Pokrój porcję na mniejsze kawałki i podaj z ryżem. Bardziej kwaśne kimchi można wykorzystać do smażonego ryżu, zupy kimchi-jjigae albo placuszków kimchijeon.

Pod lupą

Dlaczego kimchi staje się coraz kwaśniejsze

Bakterie naturalnie obecne na warzywach wytwarzają podczas fermentacji kwasy organiczne, między innymi kwas mlekowy. Dlatego kimchi z czasem kwaśnieje, choć w przepisie nie ma octu. Przeniesienie go do lodówki spowalnia fermentację, ale nie zatrzymuje jej całkowicie.

