

ОРЕХИ

Маринованные зелёные грецкие орехи

Молодые грецкие орехи, маринованные целиком в уксусе с пряностями. За время выдержки они темнеют и становятся мягкими. Подавайте их тонкими ломтиками к сыру.

Автор рецепта: Vegetarian Society



ВРЕМЯ

10 дней в рассоле + сушка + 6 недель выдержки

КОЛИЧЕСТВО

Партия из 1 кг зелёных орехов

Способ приготовления: Маринование в уксусе после вымачивания в рассоле

Сезон и выбор продуктов: Начало лета, пока внутренняя скорлупа не затвердела

Хранение: Рекомендация Fermentarnia: храните в холодильнике.

Ингредиенты

- ☐ 1000 г молодых зелёных грецких орехов
- ☐ 350 г соли
- ☐ 2000 мл воды
- ☐ 25 г чёрного перца горошком
- ☐ 1 ч. л. душистого перца горошком
- ☐ 1500 мл белого винного уксуса
- ☐ ½ ч. л. натёртого сушёного имбиря
- ☐ Палочка корицы длиной 5 см, разломанная пополам

Приготовление

1. Замочите орехи в рассоле

Наколите орехи со всех сторон толстой иглой. Сложите в керамическую миску. Растворите половину соли в половине воды и залейте орехи рассолом. Накройте и оставьте на 5 дней в холодильнике, как рекомендует Fermentarnia. Перемешивайте дважды в день.

ПОДГОТОВКА / NATALIA HORBACH, PhD

Источники и история на сайте Fermentarnia
fermentarnia.com



страница 1

РЕЦЕПТ НА САЙТЕ

Маринованные зелёные грецкие орехи / продолжение

2. Смените рассол

Слейте рассол. Растворите оставшуюся соль в оставшейся воде и снова залейте орехи. Оставьте в холодильнике ещё на 5 дней, перемешивая дважды в день.

3. Дайте орехам потемнеть

Слейте рассол и разложите орехи в один слой на плоском блюде. Сушите на солнце, пока они не почернеют.

4. Приготовьте маринад

Слегка раздавите горошины чёрного и душистого перца. Добавьте в уксус вместе с остальными пряностями и варите на слабом огне 20 минут. Остудите и процедите. Разложите орехи по стерилизованным банкам с широким горлышком, заполняя не больше $\frac{3}{4}$ объёма. Залейте пряным уксусом.

5. Выдержите в маринаде

Закройте банки и оставьте в холодильнике на 6 недель. После этого орехи можно подавать.

Примечания Ферментарни

Рекомендация Fermentarnia: во время замачивания и созревания используйте холодильник. В источнике указано прохладное место без конкретной температуры.

Используйте только молодые плоды с мягкой внутренней скорлупой. Пробный орех должен легко прокалываться насквозь. Наденьте перчатки: сок окрашивает кожу.

Грецкие орехи - аллерген.

Как подавать

Нарежьте тонкими ломтиками и подайте к сыру или запечённым овощам.

Под микроскопом

Почему скорлупа должна быть мягкой

По мере созревания ореха в клеточных стенках внутренней скорлупы накапливается лигнин - вещество, придающее им твёрдость. Здесь маринуют весь молодой плод, поэтому собирают его до затвердевания скорлупы. Пробный орех должен легко прокалываться насквозь.

