

ГОРІХИ

Мариновані зелені волоські горіхи

Молоді зелені волоські горіхи, мариновані цілими у пряному оцті. Після витримування вони темнішають і стають м'якими. Подавайте тонкими скибочками до сиру.

Автор рецепта: Vegetarian Society



ЧАС

10 днів у розсолі + сушіння + 6 тижнів
дозрівання

КІЛЬКІСТЬ

Порція з 1 кг зелених горіхів

Спосіб приготування: Вимочування в розсолі та маринування в оцті

Сезон та інгредієнти: Початок літа, поки внутрішня шкаралупа ще не затверділа

Зберігання: Рекомендація Fermentarnia: зберігайте в холодильнику.

Інгредієнти

- 1000 г молодих зелених волоських горіхів
- 350 г солі
- 2000 мл води
- 25 г чорного перцю горошком
- 1 ч. л. духмяного перцю горошком
- 1500 мл білого винного оцту
- ½ ч. л. натертого сушеного імбиру
- Паличка кориці завдовжки 5 см, розламана навпіл

Приготування

1. Вимочіть у першому розсолі

Проколiть кожен горiх з усіх бокiв товстою голкою та складiть у керамiчну миску. Розчинiть половину солi в половинi води й залийте горiхи. Накрийте та залиште на 5 днiв у холодильнику, як рекомендує Fermentarnia. Перемiшуйте двiчі на день.

ПІДГОТОВКА / NATALIA HORBACH, PhD

Джерела та історія на сайті Fermentarnia
fermentarnia.com



сторінка 1

РЕЦЕПТ НА САЙТІ

Мариновані зелені волоські горіхи / продовження

2. Замініть розсіл

Злийте розсіл. Із решти солі та води приготуйте свіжий розсіл і знову залийте горіхи. Залиште в холодильнику ще на 5 днів, перемішуючи двічі на день.

3. Підсушіть горіхи

Злийте розсіл. Розкладіть горіхи одним шаром на плоскій тарілці та сушіть на сонці, доки вони не почорніють.

4. Приготуйте пряний маринад

Злегка розтовчіть чорний і духмяний перець. Варіть оцет з усіма прянощами на слабкому вогні 20 хвилин. Остудіть і процідіть. Складіть горіхи в стерилізовані банки з широкою шийкою, заповнивши не більше $\frac{3}{4}$ об'єму. Залийте пряним оцтом.

5. Витримайте перед подаванням

Закрийте банки та залиште в холодильнику на 6 тижнів.

Примітки Ферментарні

Рекомендація Fermentarnia: вимочуйте й витримуйте горіхи в холодильнику. У джерелі зазначено прохолодне місце без конкретної температури.

Беріть лише молоді горіхи з м'якою внутрішньою шкаралупою: пробний плід має легко проколюватися наскрізь. Працюйте в рукавичках, адже сік забарвлює шкіру.

Волоські горіхи - алерген.

Як подавати

Наріжте тонкими скибочками та подавайте до сиру або запечених овочів.

Під мікроскопом

Чому шкаралупа має бути м'якою

У міру досягання горіха в клітинних стінках внутрішньої шкаралупи накопичується лігнін - речовина, що надає їм твердості. У цьому рецепті маринують увесь молодий плід, тому його збирають до затвердіння шкаралупи. Пробний горіх має легко проколюватися наскрізь.

