Fermentierte Rote Rüben-Sticks

Dauer: Aufwändig Kategorie: Eingemachtes und Co. Saison: Herbst



Zutaten

400 G	Rote Rüben
100 G	saure Äpfel
300 ML	zweiprozentige Salzlake nach Bedarf
	Kümmel
	Lorbeer

Zubereitung

1. Die Roten Rüben schälen und in Stifte schneiden.
2. Die Äpfel in Stifte schneiden
   (beides soll knapp unter den Rand
   ins Glas eingeschichtet werden können).
3. Die Stifte ins Glas schichten.
4. Etwas Kümmel und ein Lorbeerblatt dazugeben
   und mit der Salzlake bedecken.
5. Den Deckel nur lose drauflegen und bei Raumtemperatur
   5-8 Tage fermentieren lassen.
6. Danach den Deckel verschließen und kühl lagern.

SEMINAR BÄUERINNEN