

Hordás káposzta

Szerzés -ka-p-r-

2014. november 30.

Utolsó frissítés 2014. november 30.

- 10 kg gyalult káposzta
- 1 kg vöröshagyma
- 40-50 dkg durva sásk
- 1 db birsalma
- 1 cs szárított kapor
- 2 dkg egész fekete bors
- 2 dkg kázmag
- 1 dkg babrlevél

- 1 cs erőspaprika káposzta savanyú társ talán az egyik legsibb és legkedveltebb zöldség tartású-tás és "időnyalita" káosz-tá mdszer, amit már a paleolitikumban is ismertek egész Európa-szerte. Nem kell hozzá más, csak egy megfelelő máretű fa vagy cseréphordás (esetleg lelmiszertári máanyag), káposzta, tetemes mennyiségű sás és zölés szerinti fűszerek. Áon a recept hozzávalóit 10 kilogramm káposztára vonatkoztatva adtam meg, de ettől hordás márete és a fogyasztási kapacitásunk fűggvényében el lehet tenni, ártelmszerűen az arányokat kell cs meg tartani, sőt, a fűszerezésben is elhagyhatás az az ísszetevő amit esetleg nem kedvelünk. Áon rendszerint gyalulva veszem a káposztát 10 kilogramos zsákokban a piacon (és általában rágtán kettő), mivel semmivel nem drágább ágy, mint ha egészben venném, sőt ezzel a szeletelés, gyalulás hosszadalmas munkafázisát is megspórolom magamnak.

Mindenk a veleje a sás, mivel ezzel fonnyasztjuk meg és tartású-tjuk a ropogás, friss káposztát. Ezt tbbéle káppen is megoldhatjuk. Vagy egy megfelelő máretű tiszta laborban, vajlingban, vagy magában a savanyú-tásra szolgálás edényben, a ányeg csak az, hogy a káposzta minden része kázel azonos mennyiségű sás kapjon. A s levő NaCl ugyanis feltárja a sejtfalakat, kivonja a benő levő v-z jelents rászát és lehet v teszi számunkra, hogy káposztát megfelelő mádon beletárátsá a hordásba. A besózott káposztát 1-2 áráin keresztül hagyjuk állni, majd kisebb adagokban belenyomkodjuk az elázetesen já kimosott és kiforrózt (csáramentes-tett) hordásba. Kázelben rátegenkáz hozzáadjuk a fűszereket, a felszeletelt vöröshagymát és a szintén szeletekre vágott birsalmat. Fontos hogy a káposzta kieresztett levét is ántsá k rá a már betaposott káposztaadagra, mert ez a á lesz az, ami majd valóban a savanyú ázt eláidözás erjesztás baktériumoknak (hasonlóan a borhoz) a felvonulási terepet adja. Ha ká vagyunk a "taposással", támmá-tássel, egy nagyobb máretű porcelán tányárt, vagy gyalult, leforrózott deszkalapot helyezünk a káposzta tetejére és sályozzuk le azt egy megfelelő máretű szintén já megtisztított és leforrózott kável, hogy a káposzta mindig támmá legyen és lehet leg ellepje a saját leve, ágy nem fog megromlani. Ha a hordásnk teteje megfelelő en zárható, akkor a sályozást el is hagyhatjuk, mivel a káposzta erjedése során elég sok szén-dioxid keletkezik, ami ha benne marad a hordásban, "vadászák" mákák és megakadályozza, hogy a káposzta megbarnuljon, majd megromoljon. Ha az erre a cölra kász-tett cseréphordás használjuk, akkor a fedél és az azt kárálvő kis vályu mindig legyen feltáítve v-zzel, ezáltal a ágkári oxigén nem jut be a hordásba, de az erjedés keletkezésé fállás szén-dioxid el tud onnan távozni. Fontos még tudni, hogy a felhasználított sás nem lehet, csak termése kás, mivel az egyből adalékanyagokkal kezelt (pl. jádozott) sás mellékát adhat a káposztának, ami nem feltátenné já. Az ilyen mádon elkász-tett hordás káposzta mennyiségű fűgáen 1-2 hót alatt megárik és hideg helyen, ká ámentesen tartva tább hánapon keresztül is eltárolható. C-vitamin tartalma magasabb mint a citromé, ezért táidászakban nyeresen tártáná fogyasztása (mivel hákezeléskor a C-vitamin lebomlik) erősen ajánlott immunerősítés miatt. Á Boraján: Á Száles felhasználási káre folytatán számos fole bort lehet fogyasztani mellé, attá fűggáen, h átel amihez használjuk, milyen karaktert kápvisel. Alapvetően a száraz, savhangsályos ferek illenek hozzá, de pl. táttákáposztához, toroskáposztához adva kevésbé nagytestű vörök is passzolhatnak vele.