

Rostlinné kimčchi/kimči/kimchi
Korejská fermentovaná zelenina

Na 1,8 l sklenici

Na zelné kimčchi:

1-2 ks (1,5 kg) pekingského zelí
4 lžíce (hrubozrnné) mořské soli
cca **0,5 l** vody
(igelitový sáček, gumička + voda)

Na kimčchi pastu:

330 ml vody
3 řasy kombu
4 houby šitake
20 g rýžové mouky
30 g zázvoru
20 g česneku
1 (25 g) šalotka
cca **30 g** goču vloček (gočugaru)
1 lžička (7,5 g) mořské soli
2 lžíce sojové omáčky tamari
1 svazek (100 g) jarní cibulky
2 (150 g) mrkve

Kimchi, česky správně kimčchi není jeden druh korejského salátu, ale výraz pro nakládanou kvašenou zeleninu s chilli, ať už připravenou pastou protřete pekingské zelí anebo promačkáte dýni, cibuli, ředkev či okurku...

Postup:

Nejprve si připravte rostlinné daši.

1. Řasy kombu a houby šitake zalijte horkou vodou a nechte cca hodinu a půl louhovat. Vzniklý „vývar“ použijte na výrobu rýžové kašičky, která je součástí chilli pasty na kimčchi (bod č. 5).

Pak si naložte zelí do soli a nechte ho změkknout.

2. Otrhejte listy, které jsou špinavé a případně zvadlé. Zelí omyjte pod studenou vodou a nařízněte od srdíčka zespodu (na místě, kde býval kořen) tak, aby se zelí v rukách dalo pohodlně oddělit roztržením od sebe – stylem, díky kterému zůstane maximum listů na svém místě. Stejně tak nakrojte poloviny a opětovným roztržením od sebe připravte zelí na čtvrtiny.

TIP: Podélným rozkrojením nože byste zbytečně odkrojili listy, které by vám chyběly v případě, že byste chtěli později vyzkoušet balení kimčchi do tradičních „uzlíčků“. Natrénujte si to. Jak na tradiční kimčchi balíčky si ukážeme v online kurzu vaření (najdete ho po kurzu na mém webu: www.zasadnezdrave.cz)

3. Každou čtvrtinu zelí nožem nakrájejte na asi centimetrové „nudle“ zešikma tak, aby měl každý takový kousek část listu i řapíku. Příliš tvrdý košťál na konci odřízněte.
4. Zelí zasypte solí a vše dobře promněte v rukách. Je potřeba, aby změklo/“zavadlo“. Zalijte ho vodou, promíchejte a nechte sůl pracovat. Po půl hodině znovu promačkejte. Celkem nechte zelí odpočívat hodinu/hodinu a půl. Do doby, než jeho pevné řapíkaté části nezměknou tak, že se vám při zmáčknutí nezlomí vpůli ale poddají se ohybu. Pak zelí opláchněte a nechte okapat v cedníku.

TIP: Takhle připravené zelí je dobře prosolené a částečně ochucené, a zároveň je narušená jeho celulóza, díky čemuž do zelí i jeho pevnějších částí lépe pronikne a usadí se voňavá kořeněná pasta.

Připravte si kimčchi pastu.

5. Rýžovou mouku odvažte do rendlíčku, zalijte trochou vývaru z řas a hub, metlou vytvořte kašičku, dolijte zbytkem daši a nechte vařit při mírném stupni. Do pěti minut by vám obsah hrnečku měl zhoustnout a vytvořit se tak lehce průhledná (do zelena zabarvená) rýžová kaše. Dejte vychladnout stranou.
6. Do mixéru dejte oloupaný zázvor, česnek, šalotku vychladlou rýžovou kaši, vločky goču (chilli mouku gočugaru), přidejte sůl a tamari a rozmixujte do hladka. Můžete použít stolní i tyčový mixér, jde o to, aby pasta měla dostatečně jemnou strukturu a byla pěkně kompaktní. Bude lépe ulpívat na zelenině.

TIP: Kimčchi je subjektivní záležitost, někomu může vyhovovat fermentovaná zelenina více voňavá po zázvoru/ s více česnekem anebo úplně bez, pálivější/ bez chilli. Více či méně slaná. Proto pastu vždy ochutnejte. Měla by být výrazná, budete ji „ředit“ zeleninou, ale musí chutnat vám, proto si se surovinami, kterými pastu dochucujete vždy pohrajte podle vlastních preferencí a chuti!

7. Jarní cibulku nakrájejte na cca 5 cm kousky, mrkev oloupejte a nakrájejte na nudličky julienne.
8. Zelí přendejte do dostatečně velké mísy/hrnce/škopku, přidejte zeleninu, promíchejte a navlíkněte si gumové rukavice. Přidejte pastu a důkladně všechny kousky zeleniny spolu s ní o sebe protřete. Chilli pasta se musí dostat úplně všude, dejte si záležet.
9. Pak zeleninu po hrstech naplňte a natlačte do sterilovaných uzavíratelných lahví. Dbejte na to, abyste vyhnali maximum vzduchu a netvořily se vám mezi kousky vzduchové kapsičky.
10. Pak zeleninu udusejte. Sklenice by měla být naplněná cca 5 cm pod okraj. (Doporučuju dodržet, ať při rozjezdu kysání nemusíte malovat, :) obsah sklenice bude mít v teple tendenci se vzdouvat).

11. Nechte den-dva nastartovat při pokojové teplotě. Poznáte to tak, že vám obsah sklenice začne jemně perlit. Po půl dnech proto sklenici kontrolujte – vždy víčko otevřete, nechte kimčchi „nadechnout“ a vyvětrat, klidně ochutnejte (a vždy použijte čistou vidličku) ať víte, jak se v průběhu fermentování mění jeho chuť i aroma, zjišťujte, jestli je dostatečně slané a chutná vám, můžete ho v průběhu rozjezdu ještě dochutit (vyndat, např. dosolit a vrátit zpět do sklenice) – jakmile začne obsah sklenice perlit, naplňte igelitový sáček vodou a vložte ho do sklenice přímo na zelí. Tím udusíte hladinu a utěsníte zelí tak, aby k němu šlo minimum vzduchu. Nechte cca týden uležet, ale můžete konzumovat samozřejmě průběžně (já ujídám už po třech dnech v lednici). Po týdnu má zelí už lehce nakyslou (fermentovanou) chuť.

TIP: Stejným způsobem můžete nakládat další suroviny. Já mám ráda hodně třeba květák, kde můžete i mrkev vyměnit za bílou ředkev.

Dobrou chuť!