

Rote Rüben fermentiert

Zutaten für ca. 6–8 Personen

5 mittelgroße rote Rüben
1 TL Salz
1 TL Zucker
1 Vanilleschote
1 TL Anis, ganz
Wasser
1 EL Sojasoße

Allgemein gilt: 20 g Salz auf 1 l Wasser.

Zubereitung

Rote Rüben schälen und in mittelgroße Stücke schneiden. Salz und Zucker darüber streuen und in das Gemüse einmassieren. Die Rüben in einen Steinguttopf oder Einmachglas füllen. Vanille und Anis dazugeben. Mit Wasser so weit auffüllen, bis die Rüben bedeckt sind. Sojasoße als Fermentationsstarter dazugeben. Topf oder Glas mit dem Deckel verschließen und ca. 20 Tage lang bei Zimmertemperatur fermentieren lassen.

Im Kühlschrank sind fermentierte Rüben bis zu sechs Monate haltbar. Man sollte darauf achten, dass das Gemüse immer mit Sud bedeckt ist.

Die fermentierten roten Rüben passen gut zu gebratenem Fisch oder mariniertem Tofu.

