



Vegan kimchi (κορεάτικο λάχανο τουρσί)

Μερίδες: 5-6 **Χρόνος προετοιμασίας:** 30 λεπτά **Χρόνος αναμονής:** 2 ώρες

Υλικά:

- 1 κινέζικο λάχανο, κομμένο σε τέταρτα
- 4 κ.γλ. αλάτι, καλής ποιότητας
- 370 ml εμφιαλωμένο νερό
- 3 κ.σ. αλεύρι ρυζιού με γλουτένη
- 3 κ.σ. μπαχαρικό [gochugaru](#)
- 3 κ.σ. σάλτσα σόγιας ή σάλτσα ταμάρι
- 4 κ.σ. σιρόπι αγαύης
- 4 κ.σ. πάστα miso
- 1 κ.σ. τζίντζερ, σε σκόνη
- 4 σκελίδες σκόρδο, τριμμένες
- 20 γρ. τζίντζερ, τριμμένο
- 1 αχλάδι, κομμένο σε λωρίδες
- 1 καρότο, κομμένο σε λωρίδες
- 3 φρέσκα κρεμμυδάκια, χοντροκομμένα

Εκτέλεση:

- 1) Κόβουμε το κινέζικο λάχανο σε τέταρτα και χαράζουμε ελαφρώς το κοτσάνι, χωρίς να διαχωριστούν τα φύλλα.
- 2) Πασπαλίζουμε με το αλάτι κάθε φύλλο του λάχανου ποσέχοντας να αλατιστούν όλα καλά.
- 3) Τρίβουμε απαλά το αλατισμένο λάχανο και το αφήνουμε να βγάλει τα υγρά του, γυρίζοντας το πλευρά ανα 20 λεπτά.
- 4) Όσο περιμένουμε ετοιμάζουμε την πάστα kimchi. Σε μια κατσαρόλα, προσθέτουμε το νερό, το αλεύρι ρυζιού και σιγοβράζουμε ανακατεύοντας, μέχρι να δέσει και να γίνει μια λεία πάστα.
- 5) Αφού κρυώσει, προσθέτουμε το gochugaru, τη σάλτσα σόγιας, το σιρόπι αγαύης, το miso, το σκόρδο, το τζίντζερ (φρέσκο και μπαχαρικό), το αχλάδι, το καρότο, τα



φρέσκα κρεμμυδάκια και ανακατεύουμε καλά με ένα σύρμα χειρός για να ενωθούν καλά τα υλικά.

- 6) Ξεπλένουμε το λάχανο 1-3 φορές, ιδανικά με εμφιαλωμένο νερό και το αλείφουμε πολύ καλά με την πάστα kimchi, σε κάθε στρώση του λάχανου να πάει παντού.
- 7) Αποθηκεύουμε σε ένα αποστειρωμένο βάζο. Γεμίζουμε τα βάζα με το kimchi λίγο πάνω από τη μέση και το πιέζουμε καλά να βυθιστεί στην πάστα και τα υγρά του. Καλύπτουμε με τα φύλλα απο το λάχανο για να μην είναι εκτεθειμένα σε οξυγόνο.
- 8) Τρώγεται είτε αμέσως είτε το αφήνουμε να ζυμωθεί σε θερμοκρασία δωματίου για τουλάχιστον 7 ημέρες και μετα αποθηκεύουμε στο ψυγείο.

TIPS:

- 1) Χρησιμοποιούμε γάντια για το άλειμμα της πάστας για να αποφύγουμε κάποιο ατύχημα καθώς είναι πολύ πικάντικη.
- 2) Είναι σημαντικό να τρίψουμε καλά το λάχανο με το αλάτι για να εισχωρήσει καλά το αλάτι στο λάχανο και στη συνέχεια να ξεπλύνουμε πολύ καλά και να μην μας βγει αλμυρό.
- 3) Κρατάμε το περιβάλλον όσο το δυνατόν πιο αποστειρωμένο μπορούμε. (καθαρό βάζο και καθαρό ξύλο κοπής)
- 4) Γεμίζουμε το βάζο αυστηρά στα $\frac{3}{4}$ διότι θα ξεκινήσει η διαδικασία ζύμωσης, θα φουσκώσει το μείγμα και θέλουμε να αποφύγουμε την υπερχειλίση.
- 5) Αφήνουμε σε θερμοκρασία δωματίου (18- 22 °C) για 7 ημέρες, επισκέπτοντας το τακτά χρονικά διαστήματα για να ελέγξουμε την δράση του. Ανοίγουμε το καπάκι για να αποσυμπιεστεί το περιβάλλον ζύμωσης και ξανα κλείνουμε αεροστεγώς.
- 6) Μετα το απαιτούμενο χρονικό διάστημα για την ζύμωση, αποθηκεύουμε στο ψυγείο και μπαίνουμε στο στάδιο όπου ξεκινάει η ενίσχυση της γεύσης, καθώς επιβραδύνουμε την ζύμωση σε χαμηλή θερμοκρασία και εστιάζουμε στην γεύση.