

Ingredienti:

- 1 Kg di verdure (carote, rape, barbabietole rosse, cavolo-rapa, zucchine, ...)
- 3 cucchiaini da caffè di grani di pimento
- 1 L di salamoia a 2,5% (25 g di sale sciolto in 1 L di acqua)
- 1 barattolo ermetico

Tempo di riposo: 2-3 settimane

Durata della conservazione (non aperto):
almeno 6 mesi



Preparazione:

Cominciate lavandovi accuratamente le mani facendo attenzione a risciaquarle bene.

Preparate la salamoia: sciogliere 25 g di sale in 200 ml di acqua molto calda, poi aggiungere 800 ml di acqua fredda.

Lavare il barattolo di vetro con detersivo per piatti, risciaquarlo bene e risciaquarlo di nuovo con acqua molto calda.

Risciacquare le verdure sotto l'acqua tiepida (non troppo a fondo, qualche microorganismo deve poter restare sulla buccia!), tagliarle poi in modo che lo spessore sia circa quello di un dito, la lunghezza non deve superare 2/3 dell'altezza del barattolo (così il liquido potrà coprire interamente le verdure).

Versare prima di tutto i grani di peperoncino sul fondo del barattolo. Poi, posizionare in piedi le verdure, cercando di incastrarle il più possibile per fare in modo che non vengano a galla.

Riempire lentamente il barattolo con la salamoia. Scuotere leggermente il barattolo per fare in modo che le bolle d'aria tra le verdure salgano in superficie. Tutte le verdure devono essere ricoperte da almeno 2 cm di salamoia e devono poter restare 4 cm di aria fino al bordo del barattolo.

Chiudere ermeticamente il barattolo e lasciarlo riposare per 2-3 giorni a temperatura ambiente. Non dev'essere esposto direttamente alla luce solare.

Poi, mettere il barattolo in un luogo fresco e buio per 2-3 settimane. Una cantina è il luogo ideale per la maturazione.

Durante queste 2-3 settimane, i microorganismi degradano lo zucchero e l'amido delle verdure producendo acido lattico, questo permette la conservazione delle verdure siccome l'ambiente acido è favorevole a pochissimi microorganismi.

Attenzione:

Se delle muffe dovessero apparire, o le verdure rilasciano un odore sgradevole (tipo uovo marcio) dopo l'apertura del barattolo, non bisogna mangiarle! Vuol dire che qualcosa è andato storto.



Il barattolo si conserva 6 mesi senza aprirlo.

Dopo l'apertura, le verdure vanno tenute in frigo e consumate entro una settimana.

Buon appetito!