



Fermentierte Paprikaschoten

Paprikaschoten einfach haltbar machen!

ZUTATENLISTE:

2 l Wasser, 50 g BAD ISCHLER Kristallsalz fein und unjodiert, 1 TL Senfkörner, 1 TL Koriander Körner, 1 TL schwarzer Pfeffer, 1 TL Piment, circa 2 kg grüner Paprika, 5–6 Lorbeerblätter

Spezielle Kochutensilien: Einmachgläser



ZUBEREITUNG:

1. Das Wasser mit dem BAD ISCHLER Kristallsalz kurz aufkochen und auf ca. 40°C abkühlen lassen.
2. Die Gewürze in einer Pfanne, ohne Öl, kurz anrösten.
3. Paprika gründlich waschen, Strunk und Kerne entfernen und in grobe Stücke schneiden. Die Paprikawürfel und die gerösteten Gewürze in eine große Schüssel geben und gut miteinander vermengen.
4. Die Paprikastücke in Einmachgläser füllen und mit der Salzlake aufgießen – sie sollten vollständig abgedeckt sein.
5. Die Gläser luftdicht verschließen und für circa eine Woche im Kühlschrank ziehen lassen.



Dauer: 30 min + 1 Woche im Kühlschrank · Schwierigkeit: leicht · Portionen: 4 Personen