



Sauerkraut

ohne Personenangabe

Zutaten

Salz
Wacholderbeeren
1 El Kuemmel
250 ml Buttermilch
4 kg Kohl, Weisskohl

Weißkohl hobeln, Flüssigkeit auffangen. Den Weißkohl im Gärtopf in Lagen schichten, gut stampfen bis der Zellsaft austritt, etwas Salz und Kuemmel einstreuen und weiter schichten und stampfen. Zum Schluss Buttermilch und etwa 500ml Salzwasser (10g Salz auf 100ml Wasser) aufgießen. Die Beschwerungssteine sollten 2cm hoch bedeckt sein. Nach 4 - 6 Wochen ist es zum Verzehr geeignet. Den Gärtopf nach Entnahme immer wieder gut verschließen; auf genügend Wasser in der Tropfrinne achten!