Domácí nakládané zelí

Časová náročnost: 60 minut

Seznam přísad

2 kg	očištěné bílé zelí
40 g	sůl
1 až 2 lžičky	kmín
	podle chuti trochu nastrouhaného křenu, mrkve, červené řepy nebo nakrájeného jablka



Postup přípravy

Zelí zbavíme poškozených vnějších listů, omyjeme, odstraníme košťál a nakrouháme na tenké nudličky. Vložíme ho do velké mísy, přidáme přesně odváženou sůl a kmín. Pokud chceme, můžeme přidat také trochu křenu, mrkve, řepy nebo jablka. Vše důkladně promícháme a rukama několik minut promačkáváme, dokud zelí nezačne pouštět šťávu.

Takto připravené zelí postupně pěchujeme do čisté nádoby určené ke kvašení. Každou vrstvu pořádně stlačíme, abychom vytlačili vzduch a uvolnili co nejvíce šťávy. Nádobu neplníme až po okraj, protože během kvašení může hladina tekutiny stoupat.

Zelí zatížíme čistým potravinářským závažím tak, aby zůstalo zcela ponořené pod vlastní šťávou. Pokud jí není dostatek, můžeme doplnit malé množství převařeného a vychladlého 2% solného nálevu (20 g soli na 1 litr vody). Nádobu opatříme vhodným kvasným uzávěrem, který umožní únik vznikajících plynů.

Zelí necháme kvasit při teplotě přibližně 20 až 22 °C. První dny se začnou objevovat bublinky a typická nakyslá vůně. Pravidelně kontrolujeme, zda je zelí stále ponořené pod hladinou nálevu, a podle potřeby upravíme zatížení.

Kvašení trvá zpravidla 3 až 4 týdny, v chladnějším prostředí i déle. Hotové zelí poznáme podle příjemně kyselé chuti a vůně. Poté ho uložíme do lednice, kde ho uchováváme v čisté uzavřené nádobě, stále ponořené pod nálevem.

Naše tipy:

- **Nemáte kameninový soudek?** Nevadí! Zelí můžeme kvasit také ve větší sklenici s vhodným kvasným víčkem a závažím.
- **Chcete jemnější chuť?** Přidáme trochu jablka nebo mrkve. Křen zase dodá zelí příjemně pikantní nádech.
- **A co když se objeví plíseň?** Pokud na zelí zaznamenáme plíseň, hnilobný zápach nebo jiné zjevné známky kažení, celou dávku vyhodíme.