Kiszona sałata lodowa

Nikita

Polecane na: **sałatki**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

0 min

1 porcja

Składniki:

Sałata lodowa - 1 szt.
Sól kamienna niejodowana-na 1 l wody-25g -
Koperek z kwiatami -
Gorczyca - 1 łyżeczka
Chrzan liście młode - 1-2 szt.
Świeży estragon - 2-3 gałązki
Czosnek z liśćmi młodymi - 2 szt.

Dodatkowe info:

Inspiracją do wykonania tej kiszonki był pomysł podpatrzony u Hajduczek-naturalnie.
Jak zwykle trochę zmodyfikowałam przepis i dodałam świeżego estragonu, który nadał fajnego aromatu kiszonce.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Sałatę lodową oczyścić z zewnętrznych liści i opłukać. Pokroić na ćwiartki. Poukładać ciasno w wekach (ja miałam dużą sałatę i wyszły 2 duże weki i jeden mały słoik).przygotować zalewę z wody niechlorowanej i soli kamiennej niejodowanej (25 g soli na 1 litr wody).
Do słoja z sałatą włożyć koper, czosnek, chrzan i estragon (opcjonalnie) i gorczycę.
Zalać chłodną zalewą.

KROK 2: Odstawiamy na około 3 dni w temperaturze pokojowej, aby rozpoczęła się fermentacji (Woda stanie się mętna tj przy ogórkach małosolnych).
Po 3 dniach możemy już spróbować naszej kiszonki. Dla mnie smak okrelilabym jako coś pomiędzy ogórkiem małosolnym A kiszoną kapustą.

KROK 3: Możemy jeść ja sama do kanapki lub posiekać i z odrobiną oleju zrobić surówkę.
Po 3- 4 dniach jak nie zniknie kiszonka, najlepiej schować ja do lodówki .