

Nakládané zelí

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Cukerin 30 ks
- Kmín 1 špetka
- Ocet 3 l
- Pyrosiřičitan 1 lžička
- Sůl 1 špetka
- Zelí 6 kg

Doba přípravy: 120 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Zelí nakrouháme, zalijeme vřelým nálevem a hodinu za občasného promíchání necháme uležet. Pak přidáme kmín, opět promícháme a plníme sklenice až po vrch. Zelí pořádně napěchujeme, aby bylo ve sklenici co nejméně nálevu.

Naložené zelí zavíčkujeme a uložíme. Zelí po celou dobu skladování zůstává křupavé a nehnědne.

Takto připravené nakládané zelí se nemusí sterilovat, je sladkokyselé, proto se může bez dalšího dochucování podávat i jako zelný salát dochucený třeba cibulkou, koprem a jiným kořením či bylinkami. Pyrosiřičitan draselný, který k nakládání zelí používáme, běžně koupíme v drogerii.