

PETRA CASPAREK

# Einmachen & Fermentieren

*Einfache Rezepte für Sauerkraut, Kimchi & Co.*

**G|U**

um die Öffnung herum eine Überlaufrinne, außerdem einen Deckel und Steine zum Beschweren. Die Töpfe vor dem Gebrauch mit handwarmem Essigwasser auswaschen und einige Tage offen lüften. Kleine Steinzeugtöpfe eignen sich für Kimchi und 1-Personen-Sauerkrautmengen, die größeren mit 10 Liter Inhalt und mehr bewahren den Sauerkrautvorrat für die ganze Familie auf.

#### 4 | Bügelverschlussgläser

Sind ideal zum Fermentieren, denn Glas und Gummiring bleiben im Kontakt mit Salz und Milchsäurebakterien neutral und unbeschädigt. Aufsteigender Schaum beim zu üppigen Befüllen kann auch bei geschlossenem Deckel aus dem Glas entweichen (Teller unterstellen!).  
Bügelverschlussgläser gibt es in Größen von 125 Milliliter bis 5 Liter Inhalt.

## 5 | »Weckgläser«

Einkochgläser mit Klammern und Gummiringen sind bei uns unter dem Namen »Weckgläser« geläufig. Ihre Deckel sitzen vor dem Einkochen locker auf den Gläsern, dazwischen befindet sich ein Gummiring. Die Klammern zum Fixieren können nach dem Einkochen entfernt werden, durch das entstandene Vakuum sitzen die Deckel ohne Klammern fest.

## 6 | Sauberkeit

Zum keimfreien Reinigen Gläser und Deckel 5 Min. in Essigwasser auskochen. Dafür so viel Essigessenz ins Wasser geben, dass es deutlich sauer riecht. Die ausgekochten Gläser zum Abtropfen umgedreht auf saubere Geschirrtücher setzen. Die Deckel ebenfalls auskochen, Metalldeckel abtropfen lassen und mit einem sauberen Geschirrtuch abtrocknen. Gummiringe mindestens 5 Min. in Essigwasser legen, morsche Ringe durch neue ersetzen.

## 7 | Vakuum

Beim Einkochen entweicht heiße Luft aus den befüllten Gläsern und so entsteht beim Abkühlen ein Vakuum - Garant für längere Haltbarkeit. Ob es funktioniert hat, lässt sich leicht testen: Bei Gläsern mit Schraubdeckeln wölben sich die Deckel nach dem Erkalten des Inhalts leicht nach innen. Bei Weckgläsern und Gläsern mit Drahtbügelverschluss sitzen die Deckel auch nach dem Entfernen der Klammern oder