

Pikliz – Sauer eingelegter Kohl

Pikliz, ist sauer eingelegter Kohl mit Karotten, Paprika und Chili und gehört zur haitianischen Küche. Das schnell eingelegte Gemüse peppt mit seiner Säure und Schärfe Gerichte von Reis bis zu reichhaltigen Eintöpfen auf. Üblicherweise wird Weißkohl verwendet, grundsätzlich kann allerdings jede beliebige Kohlsorte verwendet werden. Mindestens 2 Tage lang zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren, damit sich die Aromen entfalten können, bevor man es genießt. Gekühlt hält es sich bis zu einem Jahr.

Zutaten

90g Kohl, in feine Streifen geschnitten

5g Salz

60-70g Zwiebel, fein gewürfelt

60-70g Karotte, geschält und fein gewürfelt

60-70g grüne Paprika, entkernt und fein gewürfelt

1 kleine Knoblauchzehe, fein gehackt

1 EL Chili, fein gehackt (mehr oder weniger nach Belieben)

100ml Weißweinessig

30ml Orangensaft

1 EL Limettensaft

Zubereitung

1. Den Kohl mit 3g Salz in einer Schüssel mischen. Mit sauberen Händen den Kohl durchkneten, bis er weich wird, etwa 3 Minuten. In ein Sieb in der Spüle geben und die Schüssel ausspülen. Einen Teller auf den Kohl legen und ihn beschweren (z.B. mit einer Konservendose). 1 Stunde ziehen lassen.

2. Den Kohl unter kaltem Wasser abspülen und dann mit sauberen Hände so viel Flüssigkeit wie möglich auspressen. Den Kohl zurück in die Schüssel geben. Zwiebel, Karotte, Paprika, Knoblauch, Chili und das restliche Salz hinzufügen. Alles mit sauberen Händen vorsichtig mischen und in ein sterilisiertes Einmachglas füllen.

3. Den Essig, den Orangensaft, den Limettensaft und nach Bedarf Wasser hinzugeben, bis das Gemüse vollständig bedeckt ist.

(Leonie)