

Varză roșie la borcan – Rețetă pentru iarnă – Salată de varză cu morcov, țelină și hrean



Varză roșie la borcan – o rețetă extrem de simplă care se păstrează foarte bine. Ceea ce obținem seamănă cu o salată de varză aromată cu oțet, îmbogățită cu morcov, țelină și hrean. Toate aceste ingrediente completează perfect varza roșie, conferindu-i prospețime, menținând-o crocantă.

Varză Roșie la Borcan



Această salată nu doar că este sănătoasă, dar și contribuie la dietele de slăbit și facilitează tranzitul intestinal. Ingrediente specifice pentru salata de varză roșie la borcan pot fi găsite în descriere, iar modul detaliat de preparare a salatei cu varză roșie, morcov, țelină, hrean și oțet este prezentat în videoclip.

- 2 kg varză roșie
- 500 gr morcov
- 2 mere dulci-acrișoare
- 1 linguriță rasă de piper boabe
- 1 țelină mică, 150 gr

- 3 frunzulițe de dafin
- 25-30 gr sare neiodată, sau după gust
- 2 linguri de zahăr, sau după gust
- 150 ml oțet de mere de 9 grade
- 20 gr hrean

1. Rade jumătate de kilogram de morcov pe răzătoarea mică, menținând răzătoarea la un unghi de aproximativ 30 de grade pentru fâșii mai lungi.



2. Schimbă răzătoarea cu una cu ochiuri mai mari pentru a obține fâșii mai groase de morcov.

3. Rade și 150 de grame de țelină pentru fâșii lungi.

4. Folosește răzătoarea mare pentru a rade cele două mere.

5. Adaugă 50 ml de oțet peste mere pentru a preveni oxidarea. Amestecă.

6. Taie varza roșie (după ce ai îndepărtat primele frunze și cotorul) folosind o mandolină.



7. Adaugă o lingură de sare, 100 ml de oțet de 9 grade și o linguriță de boabe de piper peste varză.

8. Amestecă varza până când începe să-și lase sucurile.

9. Adaugă morcovul, țelina și mărul în varză.

10. Gustă și ajustează cu sare și zahăr după preferință.

11. Adaugă 3 frunze de dafin.

12. Rade 20 de grame de hrean și amestecă-l în salată.

13. Pune varza în borcane, storcând-o ușor și presând-o bine pentru a elimina golurile de aer. Este important să acoperi varza cu sucul propriu.



14. Închide borcanele și pune-le într-o farfurie pentru a preveni scurgerile în timpul fermentării.

15. Depozitează borcanele într-un loc răcoros pentru fermentare.

16. După o săptămână, salata este gata de consum.



1. Pentru servire, se poate amesteca cu ulei de măsline sau ulei de floarea-soarelui pentru a obține o salată deosebită.