



Recette

Kimchi de chou chinois

Le classique coréen à fermenter chez soi.

30 Min.

Temps de préparation



180 Min.

Temps total



Ingrédients pour 4 personnes

CHOU CHINOIS

2 chou chinois (env. 800 g), avec le trognon coupé en quarts dans le sens de la longueur de sorte à ce que les feuilles tiennent ensemble **De saison**

20 g de sel

PÂTE

200 g de radis blancs, râpés finement **De saison**

2 gousses d'ail, hachées finement **De saison**

3 oignons botte, hachés finement **De saison**

4 cm de gingembre, haché finement

2 à 4 cc de flocons au chili, épicés au choix

2 cs de sauce de poisson ou de sauce soja

1 cc de sucre

Voici comment faire

1 de 2

CHOU CHINOIS

Mettre le chou chinois dans l'eau froide, de sorte à ce que l'eau passe aussi entre les feuilles. Frotter ensuite les feuilles avec le sel en utilisant plus de sel en direction du trognon. Mettre le chou chinois dans un grand saladier propre et le laisser reposer pendant env. 3 heures à température ambiante, en le retournant de temps en temps.

2 de 2

PÂTE

Écraser l'ail avec les ingrédients restants dans le mortier jusqu'à obtention d'une pâte.

Éliminer le sel dès que les feuilles de chou sont molles et souples. Frotter les feuilles les unes après les autres avec la pâte jusqu'à ce que tout soit recouvert. Placer le chou dans un récipient pouvant être fermé ou dans un sac en plastique et répartir le reste de la pâte dessus. Fermer sous vide d'air et laisser fermenter pendant 2 à 5 jours dans le réfrigérateur ou à température ambiante.

CONSEIL

La sauce de poisson peut être remplacée par de la sauce soja ou de la pâte miso afin de rendre le kimchi végane. Les grands morceaux de chou peuvent être coupés en bouchées avant de servir. Le kimchi accompagne les plats de riz, la viande ou le poisson.