

Syrade grönsaker

- Skär grönsakerna fint, blanda dem med salt.
 - För kål, rotsaker, lök gäller 15 gram salt per kilo grönsaker.
 - För gurka gäller 20 gram. Du kanske också vill krydda med något mera, till exempel kummin, senapsfrön, vitlök.
- Låt sedan grönsakerna stå i skålen cirka en timme så att saltet drar ut lite vatten.
- Sedan fyller du burkar som är rena och har perfekta lock (locken rostar ofta av syrningsprocessen, därför behöver de vara bra redan från början).
- Kom ihåg att bara fylla burkarna så att det är minst 2 cm upp till kanten, det jäser ändå ofta över.
- Om det inte blev så mycket vätska att grönsakerna täcktes av vätskan, måste du koka upp vatten som du sedan blandar med salt (15 g/liter) och hälla på. Häll bara på så att grönsakerna precis täcks.
- Låt burkarna stå på diskbänken tre dagar, sedan ska de till ett utrymme där det är mellan 10 och 15 grader där de får stå 2 veckor. Därefter flyttar du dem till kylskåpskyla, under 8 grader.

