

# Fermentierte Rote Bete mit Kren

Dauer: Aufwändig    Kategorie: Eingemachtes und Co.    Saison: Ganzjährig    Für: Keine Angaben



## Zutaten

1 KG	Rote Bete
50 G	frischer Kren
CA. 1 L	2,5%ige Salzlake (25g auf 1 l Wasser)
1 L	Einmachglas oder Drahtbügelglas
	Gewicht zum Beschweren

**Verfasst von:** Martina Höfelmaier

## Zubereitung

1. Für die Zubereitung der Salzlake 25 g Salz einwiegen und auf 1 Liter mit Wasser auffüllen. Durch gelegentliches Umrühren das Salz lösen.
2. Rote Bete schälen und beliebig schneiden, z.B. in Stifte. Den Kren ebenfalls schälen und in dünne Scheiben hobeln.
3. Krenscheiben in das Einmachglas legen, dann die Rote-Bete-Stifte in das Glas schichten.

Die Gemüesticks sollen möglichst eng eingeschichtet werden. Auf die maximale Füllhöhe von ca. 75-80 % des Glases achten.

4. Dann vorsichtig mit der Salzlake übergießen.
5. Die Rote-Bete-Stifte sollen 1,5 bis 2 cm mit Lake bedeckt sein. Mit einem Gewicht beschweren, das Glas locker abdecken und am besten in eine flache Schüssel stellen.
6. Bei Raumtemperatur für 3 bis 7 Tage fermentieren, im Anschluss im Kühlschrank für 1 bis 2 Wochen reifen lassen.

Im Kühlschrank lagern.