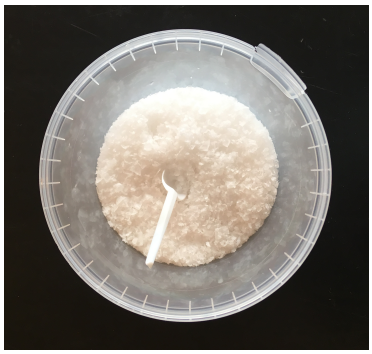

Opskrift på Kraut

1. Start med at rengør dit udstyr, altså kniv, skærebræt, skål og beholder
2. Start med at snit dit kål fint.
3. Vej hvor meget kål du har.
4. Udregn hvor meget salt du skal tilsætte.
5. Salt = Kål*0,02. Fx 500 g kål, skal du bruge salt = 500 g* 0,02 = 10 g.
6. Brug en vægt, hvor du kan mål under 1 g.
7. Tilsæt det afmålte salt.
8. Vask dine hænder eller tag hansker på (hvis du fx har sår)
9. Begynd at kram dit kål. Det kan godt tage 10-15 min afhængig af hvor fint det er.
10. Når det begynder at væske meget og du får en del væske i bunden er du færdig.
11. Du overføre nu kål over i beholderne hvor surkålen skal laves. Pres det godt sammen, så væsken dækker kålen.
12. Placer til sidst et kålblad oven på, så det bliver ved med at være lukket ned til kålen, så der bliver ilt-frit

Find mere om fermentering på **annauno.dk**