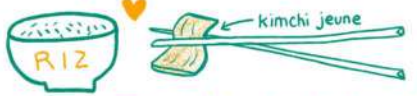


Tu peux le manger au bout de 2 jours et le garder au frigo loooooongtemps.



Il va devenir + acide avec le temps. On peut aussi le cuisiner !

### RIZ SAUTÉ AU KIMCHI MÉGA-RAPIDE + MIAM !

On peut servir avec un Oeuf

HUILE DE SÉSAME  
RIZ CUIT  
KIMCHI MÛR  
+ oignons nouveaux

### LACTO-FERMENTER DES LÉGUMES EN

# Kimchi

@PLANTPLANTZINE PLANT

### D'ABORD, C'EST QUOI LE Kimchi ?

Une spécialité et un patrimoine culinaire CORÉEN !

Ce sont des légumes fermentés, souvent pimentés, servis en accompagnement ou en plat à tous les repas. C'est délicieux, et très **umami!**

### LE PRINCIPE GÉNÉRAL EST DE COMBINER :

DES LÉGUMES

LAISSÉS DANS DE LA SAUMURE TRÈS SALÉE (≈ 15%) PENDANT PLUSIEURES HEURES PUIS RINCÉS

Texture miam

ET...

UNE "PÂTE AROMATIQUE" QUI VARIE BEAUCOUP SELON LES RECETTES ET LES TRADITIONS

Goût miam

### LA "PÂTE AROMATIQUE"

TOUT COUPER MÉGA FINEMENT...

- 1 fruit d'orange
- 1 petite carotte
- 3 oignons nouveaux
- gingembre
- soja
- nuoc-mam ou selon ton goût
- 5 c.a.s de sauce
- 5 c.a.s de piment

... ET TOUT MÉLANGER.

puis TOUT MÉLANGER A LA MAIN PROPRE OU GANTÉE SI C'EST TRÈS PIMENTÉ.

4 RASSEMBLER LE CHOU & LA PÂTE

5 TASSER DANS DES BOCALUX NE PAS LAISSER 2 A 3 JOURS A T. AMBIANTE A FOND

### \*Kimchi Baechu PRÉPARER LE CHOU

1 COUPER LE CHOU EN MORCEAUX DE LA TAILLE D'UNE BOUÉE (≈ 5cm)

2 LE PLONGER DANS LA SAUMURE

7 CAS. DE SEL + 2 MUGS D'EAU (75 GR.) (50 cl)

1 heure Pendant min. en remuant le temps, fais attendre!

3 RINCER LE CHOU AU MOINS 3 FOIS!

se plier sans casser. Le chou doit attendre!

### OUI car il existe de TRÈS TRÈS nombreux Kimchis !

Le Baechu chinois entier... ou coupé.

avec du chou chinois entier...

Le Kkakdugi de radis. Ça veut dire "coupé en cubes".

L'oisobagi de concombres farcis...

Le Dongchimi qui est aqueux...

ET TANT D'AUTRES!

### LE GOCHUGARU

L'ingrédient secret du kimchi est un piment coréen :

Il donne sa saveur et sa couleur rouge vive au kimchi.

On le trouve en poudre en épicerie asiatique. Si tu n'en trouves pas, remplace-le par un piment de même force. Ou essaye le kimchi "blanc" sans piment.

Le BAERK Kimchi (délicieux) !

Echelle de Scoville