

PORTIONEN 1 KG

Wassermelonen-Kimchi – so rettet ihr die Schalen vor dem Kompost

VORBEREITUNGSZEIT 30 MINUTEN
ZUBEREITUNGSZEIT 10 MINUTEN
FERMENTATIONSZEIT 4 TAGE
GESAMTZEIT 4 TAGE 40 MINUTEN

800 g Wassermelonen-Schale – von einem etwa 2,5 kg schweren Stück Wassermelone

30 g Salz

175 g Wassermelone – nur das Fruchtfleisch

3 Zehen Knoblauch

10 g Ingwer

2 Frühlingszwiebeln

40 g Gochugaru (koreanische Chiliflocken)

2 EL Sojasauce

30 g Sesam

1. Den grünen Schalenanteil der Melone mit dem Sparschäler oder einem Messer dünn abschälen. Melone in Spalten schneiden und das Fruchtfleisch mit einem Messer herauslösen. 800 g der Schale und 175 g vom Fruchtfleisch abwiegen.
2. Den weißen Schalenteil in etwa 2 cm große Würfel schneiden. In einem ausreichend großen Gefäß mit Salz vermengen und 30 Minuten ziehen lassen.
3. Währenddessen das Fruchtfleisch mit Knoblauch und Ingwer fein pürieren. Den weißen Teil der Frühlingszwiebel in Ringe, den grünen Teil in etwa 2–3 cm große Stücke schneiden.
4. Die gesalzenen Wassermelonenschalen abgießen, gut abspülen und abtropfen lassen. Zurück in die Schüssel oder das Gefäß geben und mit der gemixten Flüssigkeit, den geschnittenen Frühlingszwiebeln, Gochugaru, Sojasauce und Sesam vermengen.
5. In saubere Gläser oder andere dicht verschließbare Behälter füllen und das Gemüse dabei gut im Gefäß nach unten drücken. Beispielsweise mit Fermentationsgewichten beschweren, die Gefäße nicht ganz luftdicht verschließen und 4–7 Tage bei Zimmertemperatur fermentieren lassen.

Unsere Tipps

An den ersten beiden Tagen darauf achten, dass das Gemüse gut mit Flüssigkeit bedeckt ist. Bei Bedarf erneut herunterdrücken oder mit etwas Salzwasser aufgießen.

Schmeckt das Wassermelonen-Kimchi angenehm säuerlich, können die Behälter im Kühlschrank gelagert werden. Hier wird die Fermentation stark gebremst, das Wassermelonen-Kimchi hält sich dort mindestens 4–6 Wochen.

Kochutensilien



[Frankfurter Brett x Eat this! Set](#)

 REZEPT PINNEN

 REZEPT DRUCKEN