



Eingelegter Ingwer

Das Ingwer gesund ist wissen wir alle. So eingelegt ist er immer vorrätig, passt nicht nur zum Sushi sondern an jedes asiatische Gericht, ebenso an Salate und kann auch heiß oder kalt als Getränk aufgegossen werden.

Ingwer, eingelegt

400 g Ingwer

200 ml Reissessig

4 EL Zucker

1 EL Salz

Mithilfe eines Löffels kannst du den Ingwer gut schälen, d.h. nur die äußere „Pelle“ abkratzen. Unter der Schale befinden sich Vitamine und Mineralstoffe und auf die wollen wir ja nicht verzichten. Die Knolle schneidest du in hauchdünne Scheiben. Das geht am besten mit einem Trüffelhobel oder einem ähnlichen Hobel. Dabei darauf achten, dass du mit der Faser schneidest.

Die Scheiben kommen in eine Schüssel und werden mit dem Salz vermengt. Da kannst du vorsichtig auch ein bisschen Kneten. Das darf für etwa eine Stunde ruhen. Dann kommt der Ingwer in ein Sieb und wird mit Wasser abgespült. Dann lässt du ihn abtropfen.

In der Zeit kommt der Reissessig sowie der Zucker in einen kleinen Topf und wird bei kleiner Hitze aufgekocht bis der Zucker sich gelöst hat.

Den Ingwer füllst du locker in ein Schraubglas und übergießt ihn mit der kochenden Flüssigkeit. Das Glas fest verschließen und etwas abkühlen lassen. Dann kommt es in den Kühlschrank, ist nach 2 Tagen gut durchgezogen und hält sich dort mindestens 8 Wochen.

