

Sałatka z cukinią do słoików na zimę



Autor: **UwagaBabciaEwa**
Przepisów: **181** Ocena: **86585**



> 6 os.



> 60 min



łatwe



przystępne



Składniki:

- Z podanej porcji wyjdzie około 3L sałatki
- około 1,5 kg cukinii
- około 400 g papryki
- około 500 g marchwi
- 100 ml oleju
- 100 ml octu jabłkowego 6%
- około 50 g cukru
- około 1 1/2 łyżki soli
- 4 ząbki czosnku
- 1 łyżeczka kolendry, 1 łyżeczka papryki słodkiej, 1 łyżeczka suszonej bazylii
- 1/2 łyżeczki mielonego imbiru, 1/2 łyżeczki mielonego ziela angielskiego
- 1/2 łyżeczki gałki muskatołowej, 1/3 łyżeczki papryki ostrej
- można użyć mieszanki przypraw do kuchni azjatyckiej lub przyprawę koreańską

Sposób przygotowania:

- 1 Umytą cukinię ścieram za pomocą temperówki do warzyw, jeżeli nie mamy takiej temperówki to możemy cukinię pokroić w cienkie słupki. Cukinię przekładam do miski.



- 2 Umytą i oczyszczoną z gniazd nasiennych paprykę, kroję w cienkie paseczki i dodaję do cukinii.

Oczyszczoną i umytą marchew ścieram na tarce o grubych oczkach i dodaję do pozostałych warzyw.

- 3 Przygotowanie zalewy:

W moździerzu rozcieram kolendrę z pokrojonym czosnkiem, jeżeli nie mamy moździerza to kolendrę możemy rozgnieść noża, a czosnek precisnąć przez praskę lub drobniutko pokroić.

Do miseczki przekładam roztarty czosnek z kolendrą, dodaję olej, ocet, przyprawy, sól, cukier i dokładnie mieszam. Część cukru i soli możemy dodać teraz do zalewy, a pozostałą doprawić później, przed włożeniem do słoików.

- 4 Tak przygotowaną zalewę dodaję do warzyw i całość dokładnie mieszam.

Warzywa odstawiam w chłodne miejsce na około 6 godzin aby przeszły smakiem i puściły sok. Można je również odstawić na całą noc a rano włożyć do słoików.



- 5 Po około 6 godzinach:

Przed włożeniem sałatki do słoików, możemy sprawdzić smaki i jeżeli trzeba to doprawić do smaku solą, cukrem i przyprawami.

Sałatkę nakładam do wcześniej wyparzonych słoików, pozostawiając około 2 centymetrów wolnego miejsca od wieczka. Zgromadzony sok rozlewam po równo do słoików.

Brzeg słoika dokładnie wycieram i mocno zakręcam wieczko.



6 Pasteryzacja:

Słoiki wstawiam do garnka wyłożonego ściereczką (ręcznikiem papierowym lub specjalną wkładką silikonową), oddzielam między sobą ściereczką lub ręcznikiem papierowy (jest to niekonieczne), Zalewam wodą do około 3/4 wysokości słoika i pasteryzuję około 25 minut.

Następnie słoiki wyjmuję z garnka i ustawiam do góry dnem na ściereczce (kocyku, ręczniku), nakrywam drugą ściereczką (kocykiem lub ręcznikiem) i pozostawiam do wystudzenia.

7 Tak przygotowane słoiki najlepiej jest przechowywać w chłodnym miejscu, na przykład w piwnicy.

Sałatka z cukinią i marchwią jest gotowa, życzę udanych przetworów i smacznego.
Pozdrawiam Babcia Ewa

Twoje notatki do przepisu: