

## FERMENTIERTE CHILIS

Die sommerliche Frische gerät mit fermentierten Chilis bestimmt nicht in Vergessenheit - frisch geerntetes Gemüse und Zitrusfrüchte verwandeln sich in ein scharfes Topping, das diverse Gerichte verfeinert. Diese würzige Kreation ist auch ein perfektes Geschenk, ideal beispielsweise für Friendsgiving. Ein Genuss, der begeistert!

### Zutaten für ca. 2 Gläser

- ca. 200 g Habaneros
- ca. 200 g Jalapenos
- 1/2 Karotte
- Scheibe einer Zitrusfrucht ohne Schale
- 1 kleine rote Zwiebel
- 0,5l kaltes Wasser
- 15g Salz

### Anleitung

- Die Chilis sauber machen und in Ringe schneiden oder längs halbieren. Bei Bedarf die Samen entfernen, um die Schärfe zu reduzieren. Am besten Handschuhe tragen.
- Die Karotte putzen und in ca. 0,5 cm große Scheiben schneiden.
- Die Zwiebel schälen, anschließend in Ringe oder Würfel schneiden.
- Das Salz im Wasser auflösen und über das Gemüse gießen, ca. 1-2 cm Platz zum Rand des Gefäßes lassen, damit es beim Fermentieren nicht überläuft.
- Den Ansatz im Glas mit einem Gewicht (eine günstige Option sind flache Kieselsteine) beschweren oder mit Schaschlikspießen verkeilen, sodass das Gemüse nicht hochtreibt und von der Salzlake vollständig bedeckt ist. Gefäß verschließen.

Den Ansatz 5-7 Tage bei Raumtemperatur stehen lassen. Anschließend für die weitere Fermentation an einem kühlen Ort oder im Kühlschrank lagern.