

FERMENTATION™





MORTIER PILON
BRINGS FERMENTATION
BACK IN THE HOME
KITCHEN

MORTIER
— PILON

HOMEMADE FERMENTATION
BY MORTIER PILON

MortierPilon.com



Share the [#PantryCulture](https://twitter.com/PantryCulture)  

NE — DERLANDS

Als we het over fermentatie hebben, hebben we het over groente en fruit. Fermentatie is altijd en voor alles een doeltreffende manier geweest om producten te conserveren zodat ze het hele jaar kunnen worden gegeten.

Vers fruit en verse groente vormen de basis voor iedereen die zonder heel veel inspanning wil leren fermenteren. Ze zijn heel smakelijk bij de oogst en als u ze met zorg behandelt en kruidt, hebt u een paar dagen later zeer smakelijke ingelegde condimenten, garneringen en kleine gerechten met een smaak en structuur die kunnen wedijveren met gelijke producten uit de handel.



GROENTE EN FRUIT

Gefermenteerde groente en fruit is knapperig, sappig en zeer smakelijk. Op de boterham, bij een salade of als bijgerecht, het is altijd lekker overal en voor elke gelegenheid.

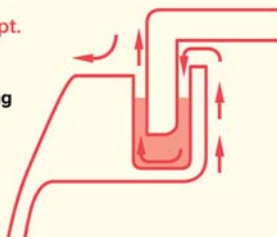
CONDIMENTEN

Salsa, mierikswortel, ketchup, mayonaise en chilisaus kunt u zelf thuis maken. De recepten zijn eenvoudig en de resultaten rechtvaardigen zonder meer de tijd die u aan de bereiding besteedt.

FERMENTATIE IN 4 EENVOUDIGE STAPPEN:

- 1 De pot schoonmaken en steriliseren.
- 2 Doe het product in de pot, bedek het met pekelt (tot 2 cm van de rand) en bedek dit met het aardewerk gewicht.
- 3 Breng de ring aan, vul de tussenruimte met water en plaats het deksel.
- 4 Laten fermenteren volgens het recept.

Onze potten zorgen voor een anaërobie omgeving geschikt voor fermentatie.



MELKZUUR GEFERMENTEERDE SALSA

Deze melkzuur gefermenteerde salsa is niet alleen om je vingers bij af te likken, maar kan bovendien veel langer worden bewaard dan de salsa uit de handel.

INGREDIËNTEN

- 375 ML POBLANO PEPEERS
- 10 IN BLOKJES GESNEDEN POMODORI
- 65 ML GEDROOGDE PROVENÇAALSE KRUIDEN
- 15 ML (1 EETLEPEL) KORIANDERZAAD
- 5 FIJN GESNEDEN KNOFLOOKTEENTJES
- 1 GROTE FIJNGESNEDEN RODE UI
- 60 ML (4 EETLEPELS) GROF ZOUT

ACTIEVE TIJD: 10 MIN
TOTALE TIJD: 10 MIN
POT: 2L
FERMENTATIE: 3 DAGEN

BEREIDINGSWIJZE

Hak de pepers, vergeet niet de zaden te verwijderen. Daarna mengt u in een kom de pepers, de tomaten, de Provençaalse kruiden, de koriander, de knoflook en de ui.

Doe het tomatenmengsel in de Mortier Pilon-fermentatiepot en druk aan. Bedek met zout. Zorg ervoor dat de pot tot 2 centimeter van de rand gevuld is.

Minstens 3 tot 5 dagen met deksel en bij kamertemperatuur laten fermenteren. Als na 24 uur fermenteren de vloeistof die in het vat is gekomen niet langer het hele mengsel bedekt, voegt u water met een snuifje zout toe. Zodra het gewenste fermentatieniveau is bereikt, de kool in de koelkast zetten of serveren.

ZUURKOOL

Hier een basisrecept voor zuurkool dat gemakkelijk kan worden bereid en worden gevarieerd en dat zeker als basis kan dienen voor de bereiding van een gerecht geïnspireerd is op de Europese traditie.

INGREDIËNTEN

- 4 KILO GERASPT GROENE KOOL (CA. 4 KOLEN)
- 90 ML (6 EETLEPELS) GROF ZOUT

ACTIEVE TIJD: 5 MIN
TOTALE TIJD: 5 MIN
POT: 2L
FERMENTATIE: 7 DAGEN

BEREIDINGSWIJZE

Doe de kool in uw Mortier Pilon-fermentatiepot en druk aan.

Bedek met zout. Zorg ervoor dat het vat tot 2 centimeter van de rand gevuld is.

Minstens 1 week met deksel en bij kamertemperatuur laten fermenteren. Als na 24 uur fermenteren de vloeistof die in het vat is gekomen niet langer de hele kool bedekt, voegt u water met een snuifje zout toe.

Zodra het gewenste fermentatieniveau is bereikt, de kool in de koelkast zetten of serveren.

GEFERMENTEERDE GROENTEMACEDOINE

Leve de macedoine! Deze combinatie van komkommers, wortels, prei en bloemkool is smakelijk, kleurig en vol vitamines.

INGREDIËNTEN

- 3 GESCHILDE EN IN BLOKJES GESNEDEN PEREN
- 750 ML BLOEMKOOL
- 500 ML GESCHILDE IN BLOKJES GESNEDEN WORTELS
- 1 IN PLAKJES GESNEDEN PREI
- 45 ML (3 EETLEPELS) GEMBERWORTEL
- 65 ML ZOUT

ACTIEVE TIJD: 5 MIN
TOTALE TIJD: 5 MIN
POT: 2L
FERMENTATIE: 3 DAGEN

BEREIDINGSWIJZE

In een grote kom **mengt u alle ingrediënten** behalve het zout.

Doe het mengsel in uw Mortier Pilon-fermentatiepot en druk aan. Zorg ervoor dat het vat tot 2 centimeter van de rand gevuld is. Bedek met zout

Minstens 3 tot 5 dagen met deksel en bij kamertemperatuur **laten fermenteren**. Als na 24 uur fermenteren de vloeistof die in het vat is gekomen niet langer het hele mengsel bedekt, voegt u water met een snuifje zout toe. Zodra het gewenste fermentatieniveau is bereikt, de kool in de koelkast zetten of serveren.

MELKZUUR GEFERMENTEERDE KNOFLOOK

(Bijna) iedereen houdt van knoflook. Het enige probleem? Omdat de smaak van rauwe knoflook te uitgesproken is voor de meeste mensen, wordt het meestal in olie gefruït of meegebraden, in beide gevallen is het resultaat heerlijk, maar de meeste enzymen en voedingsstoffen waar elk teentje vol mee zit, gaan verloren tijdens het verhitten. Door fermentatie is knoflook niet alleen lekker maar blijft ook de voedingswaarde behouden.

INGREDIËNTEN

- 16 FIJN GESCHILDE KNOFLOOKTEENTJES
- 1 LITER PEKEL
- 2 HELE LAURIERBLADEREN
- 15 ML (1 EETLEPEL) PROVENÇAALSE KRUIDEN

ACTIEVE TIJD: 5 MIN
TOTALE TIJD: 5 MIN
POT: 2L
FERMENTATIE: 1 MAAND

BEREIDINGSWIJZE

Doe de knoflooktenen in de Mortier Pilon-fermentatiepot.

Voeg de pekelt, de laurierbladeren en de Provençaalse kruiden toe. Zorg ervoor dat de pot tot 2 centimeter van de rand gevuld is.

Minstens 1 maand met deksel en bij kamertemperatuur **laten fermenteren**. Zodra het gewenste fermentatieniveau is bereikt, in de koelkast plaatsen of serveren.



KIMCHI BAECHU (KIMCHI VAN CHINESE KOOL)

Kimchi baechu, die voornamelijk bestaat uit gefermenteerde Chinese kool en hete pepers is de meest populaire kimchi. Het kruiden verschilt per streek en is gewoonlijk zouter, sappiger en pittiger in het zuiden van het land

INGREDIËNTEN

- 3 GROTE CHINESE KOLEN
- 125 ML ZOUT
- 625 ML WATER
- 45 ML (3 EETLEPELS) WITTE RIJSTBLOEM
- 15 ML (1 EETLEPEL) RIETSUIKER
- 5 FIJNGEHAKTE KNOFLOOKTEENTJES
- 45 ML (3 EETLEPELS) GEMBERWORTEL
- 1 KLEINE GEHAKTE UI
- 125 ML VISSAUS
- 85 ML GEZOUTEN GEFERMENTEERDE GARNALEN
- 125 ML KOREAANSE CHILIPER
- 1 MIDDELGROTE, GESCHILDE EN JULIENNE GESNEDEN DAIKON
- 4 GESCHILDE EN JULIENNE GESNEDEN WORTELS
- 6 GEHAKTE LENTEUITJES
- 125 ML FIJNGEHAKTE CHINESE BIESLOOK

ACTIEVE TIJD: 20 MIN
TOTALE TIJD: 3U15
POT: 2L
FERMENTATIE: 4 DAGEN

BEREIDINGSWIJZE

Snij de kolen in tweeën waarbij u erop moet letten dat de binnenste bladeren niet beschadigd worden. Maak een insnijding over de lengte van beide helften maar snij niet in tot in het hart. De bladeren moeten kunnen bewegen maar toch vastzitten in het hart.

Een grote kom met water vullen. Dompel de kool een paar seconden onder in het water. **Haal de kool uit het water**, bestrooi met ruim zout, ook de minder zichtbare ruimtes tussen de bladeren. Als de bladeren erg dik zijn, voegt u meer zout toe bij het hart van de kool.

Bedek met een schone theedoek en laat tenminste 3 uur bij kamertemperatuur rusten. Onderwijl **maakt u de rijstepap**. 375 ml water met de witte rijstbloem mengen in een kleine steelpan. Met een pollepel doorroeren en op middelhoog vuur verwarmen tot het mengsel bijna kookt. Van het vuur halen, de suiker toevoegen en laten afkoelen.

Als het deeg is afgekoeld, voegt u de knoflook, de gember, de ui, de vissaus, de gefermenteerde garnalen en de chilipeper toe. Goed vermengen, daarna de daikon, de wortels, de lenteuitjes en de Chinese bieslook toevoegen.

Zodra de 3 uur voorbij zijn, **wast u de kool** waarbij al het zout moet worden verwijderd. Snij de halve kolen in stukken, verwijder het hart en laat volledig uitlekken in een vergiet

Verspreid het kimchi-deeg over de koolbladeren en doe deze daarna in de Mortier Pilon-fermentatiepot. Zorg ervoor dat de pot tot 2 centimeter van de rand gevuld is. Minstens 4 dagen afgedekt bij kamertemperatuur laten fermenteren.