



## BLITZ-KIMCHI CHUN HEE

20 MIN.  
AKTIV

35 MIN.  
GESAMT

39 KCAL  
PRO PERSON

① ohne Laktose, ohne Gluten | Fett: 1 g, Kohlenhydrate: 6 g, Eiweiss: 2 g pro Person

① Eve Angst

### DAS BRAUCHTS FÜR 4 PERSONEN

#### Chinakohl

400 g	Chinakohl, in ca. 2 cm breiten Streifen
6 EL	Salz
4 dl	Wasser

#### Gewürzpaste

2	Knoblauchzehen, fein gehackt
40 g	Ingwer, fein geschnitten
2 TL	Rosenpaprika
2 TL	milder Paprika
2 TL	Fischsauce

#### Gemüse

200 g	Rüebli, in ca. 5 cm langen Streifen
250 g	Rettich, in ca. 5 cm langen Streifen
1	Bundzwiebel mit dem Grün, in Ringen

### UND SO WIRDS GEMACHT

#### Chinakohl

Chinakohl in eine Schüssel geben, Salz darüberstreuen, Wasser dazugießen, gut mischen, ca. 15 Min. ziehen lassen. Chinakohl sehr gut abspülen, abtropfen, in eine Schüssel geben.

#### Gewürzpaste

Knoblauch mit allen Zutaten bis und mit Fischsauce mischen, zum Gemüse geben, gut mischen.

#### Gemüse

Gemüse zum Chinakohl geben, mischen.

#### GUT ZU WISSEN



##### Haltbarkeit:

In einem gut verschliessbaren Gefäss ca. 1 Woche im Kühlschrank aufbewahren.



##### Tipp:

Statt Fischsauce Sojasauce verwenden, so wird das Gericht vegan.



Das Rezept findest du hier wieder:

[fooby.ch/de/rezepte/18538/](https://fooby.ch/de/rezepte/18538/)