

Kiseljenje repe | Kisela repa



- 3 kg **ribane repe** (količinu repe birajte po kanti za kiseljenje)

Kupite uvijek više repe jer 20-25% bude otpad pri guljenju

- 40 g soli (5 VŽ)
- 1 MŽ šećera
- [kiml](#) po želji (ja ga ne volim u repi i ne stavljam ga)
- Plastična kanta sa dobrim plastičnim poklopcem..

[Op. a] Kiseljenje repe se zasniva na principu mlječnog vrenja kojim bakterije jedući šećer iz **repe** izlučuju mlječnu kiselinu koja **ukiseljuje repu**.

Sol se stavlja u **repu** da bi ona pustila sok u kojem se nalazi šećer kojeg trebaju bakterije za proizvodnju mlječne kiseline.

U ovisnosti kakva je **repa**, treba regulirati količinu soli. Najbolje naribajte 100 g **repe** i posolite je sa 7-8 g soli (1/2 MŽ) i dobro istiskajte, ostavite preko noći u malenoj bočici. Ako repa pusti dovoljno tekućine i nema više nerastopljene soli, imate pravi omjer.

U puno receptata koje sam pročitao **repa** se nakon ribanja slaže u redove, nabije se i između se soli. Ja sam si postavio pitanje, zašto repu ne posoliti i takvu posoljenu slagati u redove, nabiti je i ponovno slagati.

Nema razlike od uobičajne metode, osim šta imam punu kontrolu nad soli. Na taj način možete odrediti da li je vaš **recept za kiselu repu** u redu, tj. jeste li stavili pre više soli (repa bude pre kisela) ili pre malo pa se čak i pokvarila. Metoda "šaka soli" je poprilično nesigurna. **[/Op. a]**



Repu očistite i nije je loše prerezati u ovisnosti o veličini na više komada. Zbog puno šećera **repa** je omiljen zalogaj za crviće.

Pregledajte je dobro. Znalno mi se dogoditi da je repa iz vana skroz ok, a u sredini puna rupa od crva.

Repu naribajte po želji, ja je ribam na deblje rezance. Ima i mašina za rezanje repe koja od repe napravi špagete.

Posolite je.

Prvi **red ribane repe** složite u plastičnu posudu koju ste dobro oprali, te posipajte šećerom. Šećer je početna hrana za mlječne bakterije, te se time ubrzava **proces kiseljenja repe**.

Potom stavite prvi **red narezane repe** te dobro nabite. Radite li tradicionalnom metodom kiseljenja repe, posipajte jednu MŽ soli, moja **repa** je već posoljena. Redajte redove i uvijek dobro pritišćite.

Zadnji red posipajte solju. Pritisnite tanjurom ili nekim pogodnim predmetom koji svojom površinom ravnomjerno nasjeda na **narezanu repu**.

Vidjet će te uskoro će se pojaviti tekućina. Pritišćite tako dugo dok vam se čini da se stvara nova tekućina. Tada dolazi u stvari trik kako da spriječite neugodan miris.

Otpretite tako da teret dodje do 1 cm iznad ruba posude. Repe treba toliko da bude do vrha posude dobro nabijena, ako je ima manje, onda izrežite poklopac koji će sjediti točno na **repi**. Na njega stavite, recimo zdjelicu koja će viriti 1 cm izvan ruba posude za kiseljenje.

Posudu poklopite plastičnim poklopcem, on će se na mjestu gdje zdjelica viri van svinuti, bez da na rubovima kante pušta zrak u kantu ili miris van. Kod plastičnog poklopca je dobro šta zbog svog elasticiteta uvijek konstantnim pritiskom **pritišće repu** u kiseljenju. Kada primjetite da poklopac više ne pritišće terete, podložite npr. sa jednim šarafom za boce.

Vanjski rub kante za svaku slučaj oblijepite ljepljivom trakom, tako da miris 100% ne može van. Ja u kuhinji nisam imao nikakvog mirisa. U dane kada sam kontrolirao tekućinu (jednom tjedno) sam je odnio na balkon i tamo otvarao. Općenito mi se čini da **repa u kiseljenju** ima manje neugodan miris nego kada se [kisel](#) [kupus](#), [zelje](#).

Svakih par dana kontrolirajte kakva je tekućina. Nakon nekog vremena će se pojaviti pjena, ne očajavajte. To je u redu. Kod mene **proces kiseljenja repe traje** cca. 6-7 tjedana na temperaturi 16-18°C.

Ako iz bilo kojeg razloga nestane tekućine, prokuhajte litru vode sa 15g soli i kad se ohladi prelite preko **repe**. Repa kada se kiseli ne smije nikad ostati suha.

Repa je kisela kad se ta tekućina ponovno razbistri, tada je gotovo mlječno vrenje.





Čuvanje kisele repe

Kiselu repu kada je ukiseljena, porcionirajte te je spremite u posude ili zavarite u vrećice. Bitno je da su posude pune do vrha i dobro zatvorene. Spremite je u hladnjak ili na neko mjesto sa temperaturom do max. 10°C. U hladnjaku se može čuvati, dobro zatvorena, 4-5 mjeseci.

www.moja-kuhinja.com