

Schritt 1

Vorbereitung: Von den Krautköpfen die äußersten Blätter entfernen (und für später aufheben). Den Strunk wegschneiden und die Krautköpfe vierteln.

Wie fühlt sich das an?

Schritt 2

Hobeln: Die Krautköpfe mit einem Krauthobel fein hobeln.

Wie hört sich das an?

Schritt 3

Würzen und kneten: Kraut abwägen und würzen: pro Kilo 10g Salz, 5 Wacholderbeeren, 1TL Kümmel und 1 Lorbeerblatt. Das Kraut kneten, bis es weich wird und glänzt.

Wie schmeckt das?

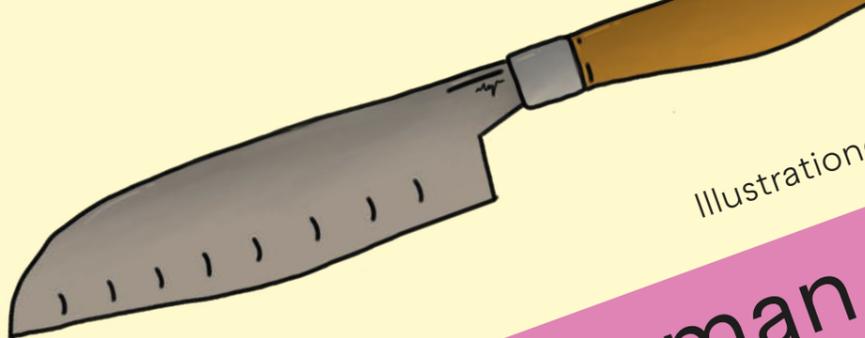
Probiert auch mal diese fermentierten Kohlgerichte:

Kimchi (Korea), Banska Kapama (Bulgarien), Karışık Turşu (Türkei), Curtido (El Salvador)

Fertig! Nächster Schritt: Eine Woche bei Zimmertemperatur gären lassen. Hin und wieder kontrollieren, ob das Wasser Luftbläschen macht und eventuell etwas Wasser entfernen. Dann vier bis fünf Wochen in einem kühlen Raum gären lassen. Abschließend in Gläser umfüllen und gut verschließen. Guten Appetit!

Mit den Abschmecker*innen – eine Gruppe von 1. Klässler*innen der Neckarschule – haben wir im Rahmen von →JOIN← mit allen Sinnen einen gesamten Sauerkrautprozess durchgemacht. Das könnt Ihr nun auch. Unter dem Label →JOIN← untersuchen die Abteilung Kunst & Vermittlung, das künstlerische Team und eine Gruppe von jungen Menschen, wie ein direkter Austausch und eine gemeinsame künstlerische Recherche während der Stückentstehung aussehen kann.

Illustrationen: Nina Dietz



Mit Sauerkraut spielt man

Zur Produktion →JOIN← Abschmecken (6+), Junges NTM

Schritt 4

Schichten: Das Kraut in den Tontopf einfüllen und nach jeder Schicht (ca. 5cm) stampfen.

Wie riecht das?

Schritt 5

Abschluss: Einen Schluck Molke dazu geben, mit Krautblättern bedecken und mit Steinen beschweren.

Wie sieht das aus?

