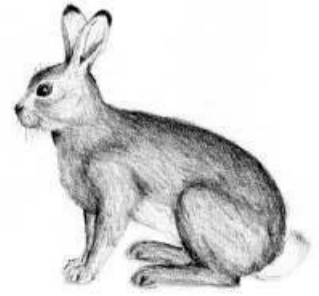


Gör din egen surkål

Mikrober deltar i många processer som resulterar i nyttiga matvaror, bakterier som producerar mjölksyra hör till de viktigaste. Tidigare var syrandet en viktig konserveringsmetod för grönsaker, numera fryses varorna oftare. Surströmming, surkål och syrad gurka är kanske de vanligaste syrade matvarorna. I naturen förekommer de bakterier naturligt på grönsakerna.



Material:

- Vitkål ca 200 g
- Osthyvel eller kniv
- Skärbräde
- Glasburk
- Saltlösning, ca 3 %
- pH-papper
- En liten bit efterugnslimpa eller annat surt bröd
- Plastpåse

Metod:

1. Strimla kålen och mosa den lätt, man kan använda glasburkens botten.
2. Lägg brödbiten på botten av burken. Härifrån kommer en bra variant av mjölksyrabakterier. Man kan lämna bort brödet men jäsningen kan då lättare gå fel.
3. Lägg kålen i burken och håll saltlösning över. Tryck ner kålen så att den ligger helt under ytan, använd inte för mycket av lösningen. Fyll plastpåsen med vatten och lägg den som tyngd på kålen.
4. Mät pH i lösningen och notera resultatet. Stäng burken med locket. Låt stå varmt.
5. Mät pH-värdet varje dag tills det slutar förändras. Studera mikroberna i mikroskop.
6. Alternativ: använd olika startkulturer, d.v.s. olika slags sura bröd, surkål eller syrad gurka och jämför resultatet.