

Schnellgurken mal anders

Asiatische Schnellgurken mit Sesam & Sojasoße

Zutaten (500 ml Glas):

- 1 Salatgurke oder 2-3 Minigurken
- 1 EL Sojasoße
- ½ TL Reisessig
- 1 TL Zucker
- ½ TL Salz
- ½ TL Sesamöl
- frisch gemahlener Pfeffer

Optional:

- 1 Prise Chiliflocken
- 1 TL gerösteter Sesam

Die gewaschene Gurke hobeln oder in dünne Scheiben schneiden.

Gurkenscheiben ins Glas geben.

Alle anderen Zutaten hinzufügen.

Glas verschließen.

Kräftig schütteln.

Glas mindestens 30 Minuten (besser 6 Stunden oder über Nacht) in den Kühlschrank stellen.



Mediterrane Schnellgurken mit Zitrone & Kräutern

Zutaten (500 ml Glas):

- 1 Salatgurke oder 2-3 Minigurken
- Saft und Abrieb einer halben Zitrone (Bio)
- 1 TL Honig oder Agavendicksaft
- ½ TL Salz
- 1 EL Olivenöl
- frisch gemahlener Pfeffer
- ½ TL Oregano oder Thymian
- zerbröselter Feta (optional)

Die gewaschene Gurke hobeln oder in dünne Scheiben schneiden.

Gurkenscheiben ins Glas geben.

Alle anderen Zutaten hinzufügen.

Glas verschließen.

Kräftig schütteln.

Glas mindestens 30 Minuten (besser 6 Stunden oder über Nacht) in den Kühlschrank stellen.



Scharfe Schnellgurken mit Knoblauch und Chili

Zutaten (500 ml Glas):

- 1 Salatgurke oder 2-3 Minigurken
- 2 EL Weißweinessig oder Apfelessig
- 1 TL Zucker + 1 Prise als Ausgleich zur Schärfe
- ½ TL Salz
- 1 EL neutrales Öl
- frisch gemahlener Pfeffer
- 1 kleine Knoblauchzehe, fein gehackt
- ½ rote Chilischote, fein gehackt (oder Chiliflocken)

Die gewaschene Gurke hobeln oder in dünne Scheiben schneiden.

Gurkenscheiben ins Glas geben.

Alle anderen Zutaten hinzufügen.

Glas verschließen.

Kräftig schütteln.

Glas mindestens 30 Minuten (besser 6 Stunden oder über Nacht) in den Kühlschrank stellen.



Exotische Schnellgurken mit Limette & Minze

Zutaten (500 ml Glas):

- 1 Salatgurke oder 2-3 Minigurken
- Saft einer halben Limette (Bio)
- 1 TL brauner Zucker
- ½ TL Salz
- 1 EL neutrales Öl
- frisch gemahlener Pfeffer
- etwas Zitronenabrieb (Bio-Zitrone)
- ein paar Minzblätter, grob gehackt

Die gewaschene Gurke hobeln oder in dünne Scheiben schneiden.

Gurkenscheiben ins Glas geben.

Alle anderen Zutaten hinzufügen.

Glas verschließen.

Kräftig schütteln.

Glas mindestens 30 Minuten (besser 6 Stunden oder über Nacht) in den Kühlschrank stellen.



Süß-saure Schnellgurken mit Dill & Zwiebel

Zutaten (500 ml Glas):

- 1 Salatgurke oder 2-3 Minigurken
- 2 EL Weißweinessig oder Apfelessig
- 2 TL Zucker
- ½ TL Salz
- 1 EL neutrales Öl
- frisch gemahlener Pfeffer
- 1-2 Zweige frischer Dill, fein gehackt
- 2-3 hauchdünne Ringe einer roten Zwiebel

Die gewaschene Gurke hobeln oder in dünne Scheiben schneiden.

Gurkenscheiben ins Glas geben.

Alle anderen Zutaten hinzufügen.

Glas verschließen.

Kräftig schütteln.

Glas mindestens 30 Minuten (besser 6 Stunden oder über Nacht) in den Kühlschrank stellen.

