

Natürlich alles hausgemacht

Marmeladen, Chutneys und Liköre selber machen



eBOOK

Reader's
Digest

Inhalt

Zur Stichwortsuche verwenden Sie bitte die Suchfunktion Ihres Ebook-Readers

[Saisonkalender](#)

[Einleitung](#)

[Von Apfelgelee bis Zwiebel-Chutney](#)

[Gläser und andere Utensilien](#)

[Gläser vorbereiten](#)

[Konfitüre, Gelee, Marmelade](#)

[Einkochen und Heißeinfüllen](#)

[Milchsauer einlegen](#)

[In Essig einlegen](#)

[In Öl einlegen](#)

[Früchte in Alkohol und Liköre](#)

[Zutaten trocknen](#)

[Konservieren durch Kälte: Einfrieren](#)

[Tipps fürs sichere Einmachen](#)

[Rezeptteil](#)

Äpfel

Aprikosen

Auberginen

Birnen

Blumenkohl/Brokkoli

Erbsen/Bohnen

Erdbeeren

Gurken

Heidelbeeren

Himbeeren/Brombeeren

Johannisbeeren

Kirschen

Knoblauch

Kräuter

Kürbis

Lauch

Möhren

Nüsse/Esskastanien

Paprikaschoten

Pfirsiche/Nektarinen

Pflaumen/Mirabellen

Pilze

Quitten

Rhabarber

[Rote Beten](#)

[Sellerie](#)

[Spargel](#)

[Stachelbeeren](#)

[Tomaten](#)

[Tropische Früchte](#)

[Weintrauben](#)

[Weißkohl](#)

[Wildfrüchte](#)

[Zitrusfrüchte](#)

[Zucchini](#)

[Zwiebeln](#)

SPEZIAL

[Feine Senfkreationen](#)

[Essig aromatisieren](#)

[Zum Würzen und Verfeinern](#)

[Öle aromatisieren](#)

[Säfte aus Obst und Gemüse](#)

[Feine Blütendüfte](#)

[Verpacken und Verschenken](#)

Impressum

Vorwort

Vom Frühjahr bis zum Herbst ist Erntezeit, und leere Gläser warten darauf, gefüllt zu werden – schließlich möchte man Obst und Gemüse auch außerhalb der Saison zur Verfügung haben, und zudem hat man das gute Gefühl, fast alles verwertet zu haben, was die Natur einem geschenkt hat. Doch es gibt noch mehr gute Gründe dafür, selbst einzumachen. Ein überaus gewichtiger ist die Freude daran, Konfitüren, Kompotte oder Liköre, Chutneys oder Pickles selbst herzustellen, ihnen dabei eine individuelle Geschmacksnote zu verleihen und sie selbst zu genießen oder beispielsweise als kleines Mitbringsel lieben Freunden zu überreichen.

Es lohnt sich also, ein bisschen Zeit zu investieren, um Früchte und Gemüse in feine Delikatessen zu verwandeln, die man dann stolz aus dem Vorrat holen kann. Ob süß oder pikant, fruchtig oder würzig – für jeden Geschmack ist garantiert etwas dabei. Wie gut, dass Einmachen wirklich gar nicht schwierig ist, die Rezepte in diesem Buch beweisen es.

Viel Spaß beim Herstellen Ihrer kulinarischen Schätze!

Die Redaktion

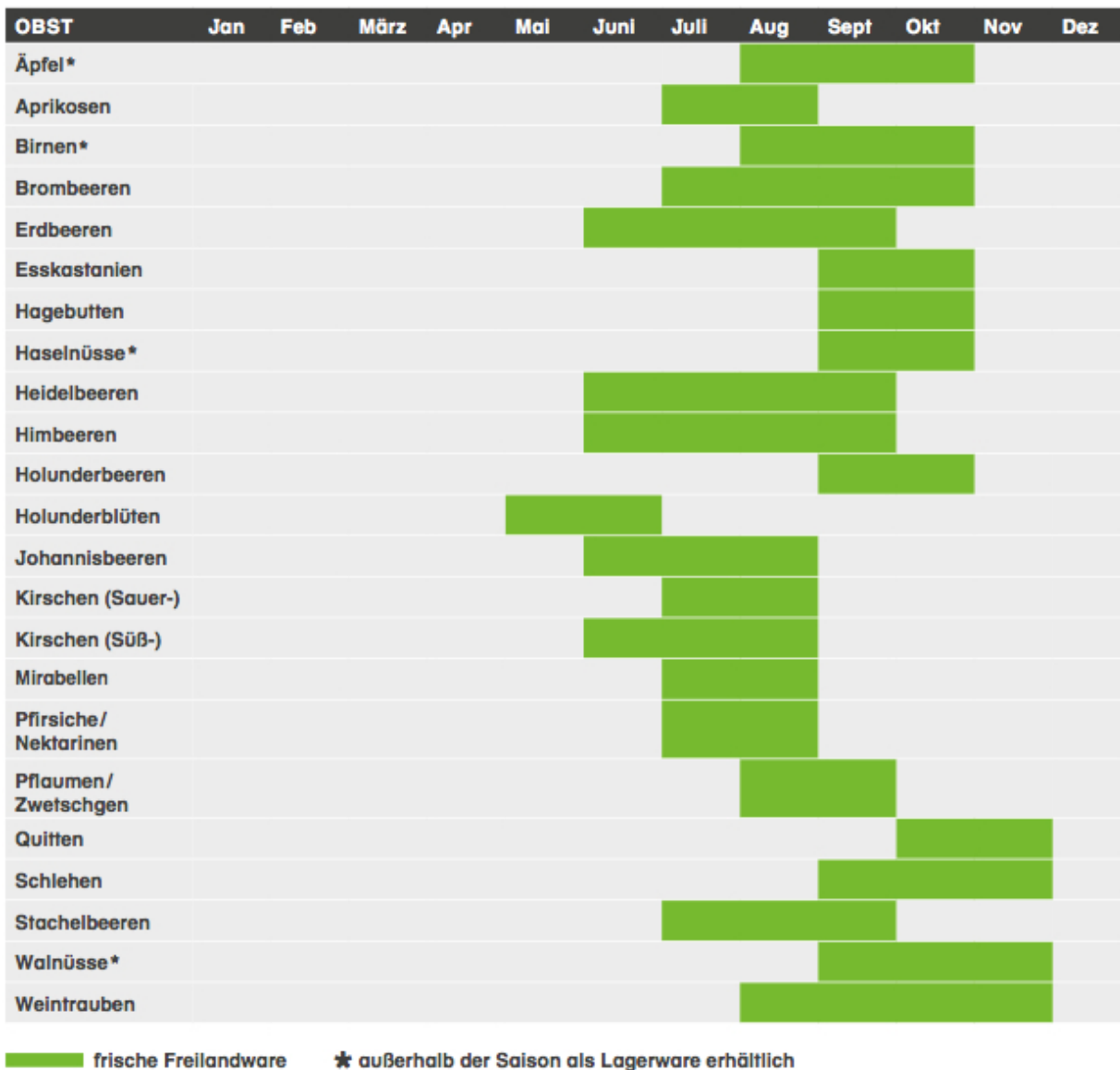
Saisonkalender

Reifes Obst und Gemüse vom Freiland bzw. aus dem Garten schmeckt besonders aromatisch. Während der Erntezeit (grüne Balken) wird es reichlich und meist zu günstigen Preisen angeboten, davor und danach nimmt das Angebot und eventuell auch die Qualität ab, und der Preis steigt. Obst- und Gemüsesorten, die man gut lagern kann (), wie beispielsweise Möhren und Äpfel, sind genauso wie unter Glas angebaute Produkte außerhalb der Saison aus heimischem Anbau erhältlich. Zahlreiche heimische Obst- und Gemüsesorten werden das ganze Jahr über auch als Importware angeboten. Pilze wie Champignons oder Austernpilze stammen meist aus Zucht, weshalb man sie ganzjährig kaufen kann, Sorten wie Pfifferlinge und Steinpilze gibt es dagegen nur in der Saison im Handel oder man sammelt sie selbst im Wald.*

GEMÜSE / PILZE	Jan	Feb	März	Apr	Mai	Juni	Juli	Aug	Sept	Okt	Nov	Dez
Auberginen												
Blumenkohl												
Bohnen (grüne)												
Brokkoli												
Erbsen (Mark-, Pal-)												
Frühlingszwiebeln												
Gurken												
Knoblauch (jung)*												
Knollensellerie*												
Kürbis*												
Lauch*												
Möhren*												
Paprikaschoten												
Pfifferlinge												
Rhabarber												
Rote Bete*												
Spargel												
Spitzkohl												
Stangensellerie												
Steinpilze												
Tomaten												
Weißkohl*												
Zucchini												
Zwiebeln*												

 frische Freilandware

* außerhalb der Saison als Lagerware erhältlich



Tropische Früchte

Früchte wie Ananas, Bananen, Kiwis, Mangos oder Papayas stammen aus tropischen und subtropischen Regionen und sind mittlerweile bei uns ganzjährig erhältlich, da sie aus unterschiedlichen Ländern importiert werden. Je nach Herkunft und Sorte unterscheiden sich die Früchte einer Art geschmacklich und möglicherweise auch in der Konsistenz voneinander. Tropische Früchte lassen sich gut mit heimischem Obst kombinieren.

Zitrusfrüchte

Meist stammen Orangen, Mandarinen und Zitronen, die bei uns angeboten werden, aus Südeuropa. Für Orangen und Mandarinen dauert die Ernte von November bis März. Zitronenbäume tragen das ganze Jahr über Früchte und Blüten, weshalb es Zitronen rund ums Jahr gibt. Haupterntezeit ist im Herbst und Winter. Von Natur aus werden Zitrusfrüchte in Südeuropa erst ab Januar orange oder gelb; vorher sind sie grün, was ihrem Geschmack nicht schadet.

Einleitung

Von Apfelgelee bis Zwiebel-Chutney



In Form von Konfitüren oder Kompott, Chutneys, Pickles oder Likör sind Obst und Gemüse eine Weile haltbar und ein feiner Genuss für Sie selbst und andere.

Jedes Jahr wieder hoffen Besitzer von Gemüse- und Obstgärten auf eine reiche Ernte, um diese in haltbare Delikatessen zu verwandeln. Das Wissen um die Herkunft der Zutaten und die Vorfreude auf den genussvollen Lohn der Mühe außerhalb der Saison, aber auch die Tatsache, jederzeit ein kulinarisches Präsent griffbereit zu haben, sind gute Gründe, seine Ernte einzumachen. Selbst wer keinen Garten sein eigen nennt, braucht auf das Einmachen von Obst und

Gemüse nicht zu verzichten. Schließlich werden frisch geerntete Produkte aus der Region auf Märkten, direkt beim Bauern oder auch in Supermärkten angeboten.

Egal, ob selbst geerntet oder gekauft – von Frühling bis Herbst ist die Zeit, in der heimisches Obst und Gemüse eingekocht oder auf andere Weise für den Vorrat verarbeitet werden. Dabei geht es nicht nur um eine möglichst lange Haltbarkeit, sondern vor allem auch um den guten Geschmack, den Obst und Gemüse dank anderer Zutaten wie Essig, Öl und Gewürzen entwickeln.

Die Konservierungsmethoden

Alle Konservierungsmethoden haben eines gemeinsam: Sie machen Obst und Gemüse länger haltbar und verbessern sogar oft noch deren Geschmack. Für welche Methode Sie sich entscheiden, hängt davon ab, wie viel Zeit Sie investieren können und möchten, was daraus entstehen und wie lange das Produkt halten soll.

Früchte werden überwiegend als Konfitüre, Gelee oder Kompott süß eingemacht, aber auch süßsauer, z. B. in Form von Relish oder Chutney. Gemüse wird dagegen eher in Essig, in Öl oder auch in Salz eingelegt. Wer größere Mengen an Obst und Gemüse verarbeiten und im Vorrat aufbewahren möchte, kann sie auf klassische Art in Gläsern mit Gummiring einkochen.

Das Einlegen in Essig, Salz, Zuckersirup oder Alkohol ist vergleichsweise weniger aufwendig und lohnt sich vor allem für kleinere Mengen; allerdings sind diese Köstlichkeiten nicht so lange haltbar wie Einkochtes.

Obst und Gemüse zu trocknen, ist eine weitere traditionelle und natürliche Konservierungsmethode, die für lange Haltbarkeit sorgt. Wer Früchte und Gemüse so pur wie möglich im Vorrat halten möchte, sollte sie einfrieren.

Die Haltbarkeit

Selbst Eingemachtes hält sich ungeöffnet an einem kühlen und dunklen Ort meist 3–12 Monate, je nach Konservierungsmethode. Die Haltbarkeitszeiten bei den Rezepten in diesem Buch beziehen sich auf die Mindesthaltbarkeit und sind nur Richtwerte. Garantien für die Haltbarkeit können nicht gegeben werden. Wie lange man selbst Eingemachtes tatsächlich aufbewahren kann, hängt nämlich von vielen Faktoren ab: Die Beschaffenheit der Früchte oder des Gemüses hat einen genauso großen Einfluss darauf wie Sauberkeit beim Arbeiten (heiß ausgespülte Gläser und Deckel sowie absolut saubere Kochutensilien und Hände), die Dichtigkeit der Deckel, die Konservierungsmethode, die Lagerung oder auch der Zuckergehalt. Konfitüren mit mehr als 50 % Zucker sind z. B. länger haltbar als kalorienreduzierte Fruchtaufstriche, denen keine Konservierungsstoffe (z. B. Sorbin- oder Ascorbinsäure) zugesetzt wurden.

Angebrochene Gläser gehören in den Kühlschrank und sollten möglichst bald geleert werden. Generell sollte man niemals ein benutztes oder gar abgelecktes Besteck verwenden, um eine Portion aus dem Glas zu entnehmen – so gelangen Keime hinein, die den übrigen Inhalt schnell verderben lassen. Von daher ist es sinnvoll, von vornherein eher kleinere Gläser zu befüllen, die schneller geleert werden.

Chutney, Relish, Ketchup

Gemüse und Früchte kann man unter Zugabe von Essig, Zucker und Gewürzen zu einer mehr oder weniger stückigen, dickflüssigen Sauce einkochen, die süßsauer, mild oder scharf

sein kann. Diese pikant-würzigen Saucen und Pickles passen als Beilagen zu gebratenem oder gegrilltem Fleisch (vor allem zu Wild und Geflügel), zu Fisch, zu Gemüsegerichten oder zu mildem Käse. Ebenso bieten sie sich zum Würzen bzw. Abschmecken von Frischkäse, Quark oder pikanten Cremes an.

CHUTNEY Die pikante konfitüreähnliche, stückige Sauce wird aus Früchten und/oder Gemüse, Essig, Zucker und Gewürzen gekocht. Die Engländer lernten „Chatnis“ während ihrer Herrschaft in Indien zu fast jedem Gericht schätzen. Mittlerweile haben Chutneys in unterschiedlichsten Zubereitungen europäische Küchen erobert. Rohe (ungekochte) Chutneys halten sich nur einige Tage im Kühlschrank.

RELISH Diese pikante Würzsauce wird aus den gleichen Zutaten hergestellt wie ein Chutney. Relishes haben jedoch eine cremigere Konsistenz, weil Gemüse und Früchte dafür feiner zerkleinert werden. Letztlich ist der Unterschied geringfügig.

KETCHUP Damit verbindet man meist Tomatenketchup, der aus Tomaten, Essig, Zucker und Gewürzen hergestellt wird. Doch auch aus Pilzen, Kürbis, Mango und anderem Obst oder Gemüse kann man eine dickflüssige, homogene Würzsauce zubereiten.

PICKLES Gemüse oder Früchte, in würzigem Essigsud eingelegt, heißt im englischen Sprachraum „Mixed Pickles“. In den USA sind „Pickles“ nichts anderes als Essiggurken, die allerdings deutlich süßer sind als die Essiggurken, die man hierzulande kennt. Süßsauer eingelegte Gemüse oder Früchte bzw. Mixed Pickles eignen sich z. B. als pikante Beilage zu herzhaften Gerichten wie Bratkartoffeln oder Kartoffelsalat.

Gläser und andere Utensilien



Wer nur gelegentlich und in kleineren Mengen Obst und Gemüse einmacht, wird kaum zusätzliche Geräte benötigen. Einige praktische Küchenhelfer können die Arbeit allerdings erleichtern.

Gläser gibt es in unterschiedlichsten Größen und Formen; wichtig ist, dass sie hitzebeständig sind und fest schließende Deckel haben. Zum Einfüllen von heißen Zutaten und zum Einlegen sind Twist-off-Gläser geeignet. Deckel, die beschädigt sind und nicht mehr dicht schließen, sollte man durch neue ersetzen. Einmachgläser mit Gummiringen eignen sich nur zum klassischen Einkochen.

Töpfe

Zum Kochen von Konfitüre, Gelee, Chutney und Ähnlichem benötigt man einen Topf, der so groß ist, dass nichts herausspritzt, wenn die Masse sprudelnd kocht. Er sollte vor dem Kochen etwa nur zur Hälfte gefüllt sein, außerdem aus säurebeständigem und gut leitendem Material bestehen (z. B. aus Edelstahl). Zum Einkochen (Sterilisieren) ist ein Topf, in den die Gläser vollständig und nebeneinander hineinpassen, notwendig. Wer regelmäßig Obst und Gemüse einkocht, für den lohnt es sich eventuell, einen speziellen Einkochtopf mit Einlegerost und integriertem Thermometer anzuschaffen.

Praktische Helferlein

Ein spezieller Einfülltrichter mit weiter Öffnung erleichtert das Befüllen von Gläsern. Eine Haushaltswaage mit Zuwiegefunktion (Tara-Taste) und ein Kurzzeitwecker ermöglichen genaues Arbeiten. Zum Umrühren darf ein Kochlöffel mit Loch nicht fehlen. Für die Herstellung von Mus oder zum Abtropfenlassen sollte ein feinmaschiges Sieb griffbereit sein – ein Passiergerät (die „flotte Lotte“) ist praktisch, wenn man häufiger weich gekochtes Obst oder Gemüse zu Mus verarbeitet. Und zur Saftbereitung ist ein Passiertuch oder -sack nützlich. Zum Zerkleinern von Zutaten leisten Mörser (z. B. für Gewürze) und Stabmixer (z. B. für Konfitüre) gute Dienste. Um Gläser nach dem Einkochen aus dem kochend heißen Wasser zu nehmen, ohne sich dabei zu verbrühen, empfiehlt sich ein Glasheber.

Gläser vorbereiten

Sauberkeit ist das A und O, damit eingemachte Köstlichkeiten unbeschadet die Lagerung überstehen – deshalb müssen Gläser und Deckel sterilisiert (also keimfrei) sein.

Am einfachsten ist es, Gläser und Deckel in der Geschirrspülmaschine bei höchster Temperatur zu spülen. Danach die Gläser noch warm aus der Maschine nehmen und sofort mit dem Einmachgut füllen. Andernfalls die warmen Gläser mit den passenden Deckeln zuschrauben und wegstellen. Vor der Verwendung kann man sie sicherheitshalber noch einmal mit heißem Wasser ausspülen und umgedreht auf einem sauberen Küchentuch abtropfen lassen (siehe [Abb. 3](#)).

Alternativ kann man Gläser auch im Backofen (siehe [Abb. 1](#)) oder im Kochtopf (siehe [Abb. 2](#)) sterilisieren. Die Backofen-Methode bietet sich für so viele Gläser bzw. Flaschen an, wie auf den Rost passen (Flaschen auf den Rost legen); mit Umluft können auch niedrige Gläser bzw. liegende Flaschen auf zwei Backrosten gleichzeitig sterilisiert werden. Deckel und Gummiringe sollte man vorzugsweise in Wasser auskochen, während die Gläser im Backofen erhitzt werden. Und schließlich kann man Gläser und Deckel auch in der Spüle oder einer großen Schüssel heiß ausspülen: die Gläser in Spüle oder Schüssel stellen; zuerst mit warmem, dann mit kochend heißem Wasser (z. B. aus dem Wasserkocher) füllen und 10 Minuten stehen lassen. Anschließend

das Wasser abgießen und die umgedrehten Gläser auf einem sauberen Tuch abtropfen und auskühlen lassen.

Ist der Deckel dicht?

Wer gebrauchte Gläser verwenden möchte, sollte darauf achten, dass sie nicht beschädigt sind und dicht schließende Deckel haben. So prüfen Sie, ob der Deckel eines Twist-off-Glases dicht schließt: Wasser in das Glas gießen, den Deckel fest aufschrauben und das Glas umgedreht auf ein Tuch stellen. Falls Wasser herausläuft, den Deckel nicht mehr verwenden. Neue Deckel gibt es im Handel.



1 GLÄSER IM BACKOFEN ERHITZEN Den Backofen auf 120°C (Umluft 100°C) vorheizen. Die Gläser zum Sterilisieren darin mit den Öffnungen nach unten mindestens 10 Minuten erhitzen; im Ofen abkühlen lassen.



2 GLÄSER IN WASSER AUSKOCHEN ... Alternativ kann man die Gläser und Deckel in einem großen Topf mit heißem Wasser etwa 10 Minuten auskochen.



3 ... UND ABTROPFEN LASSEN Die ausgekochten nassen Gläser und die Deckel umgedreht auf einem sauberen Geschirrtuch abtropfen lassen.

Konfitüre, Gelee, Marmelade



Reife, aromatische Früchte ohne schadhafte Stellen sind mit Zucker die Basis für fruchtige Aufstriche. Der Zucker sorgt nicht nur für Süße und eine schöne Farbe, sondern auch für Haltbarkeit.

Früchte enthalten von Natur aus unterschiedlich viel Pektin und Fruchtsäuren, was beim Kochen für Bindung sorgt. Früher wurden deshalb pektinarme mit pektinreichen Früchten kombiniert und mit Zucker 30 Minuten bis mehrere Stunden lang eingekocht, um aus heimischem Obst Konfitüren, aus Zitrusfrüchten Marmeladen und aus Fruchtsäften Gelees herzustellen. Heute gibt es Gelierhilfen, mit denen man diese Aufstriche schonender und einfacher kochen kann.

Geeignete Geliermittel

Je nach Pektingehalt der Früchte benötigt man mehr oder weniger Geliermittel. Pektinreiche Früchte (z. B. Äpfel, Quitten, Heidelbeeren, Schwarze Johannisbeeren, Stachelbeeren, Preiselbeeren) können sogar ohne Geliermittel, nur mit Zucker im Verhältnis 1:1 und etwas Zitronensaft gelieren.

In Gelierzucker sind Zucker, Geliermittel (meist Pektin) und Zitronensäure perfekt kombiniert. Je nach Zuckeranteil unterscheidet man zwischen Gelierzucker 1:1 (auf einen Teil Früchte kommt ein Teil Zucker) und Spezialgelierzucker 2:1 oder 3:1 (zwei bzw. drei Teile Früchte, ein Teil Zucker).

Spezialgelierzucker enthält z. B. Sorbin- oder Ascorbinsäure, damit die Produkte lange halten. Das gleiche gilt für Gelierzucker mit dem Zusatz des Süßungsmittels Stevia. Konfitüren halten sich an einem trockenen, möglichst dunklen Ort bis zu 12 Monate. Mit Spezialgelierzucker zubereitete Sorten verändern nach 4–6 Monaten jedoch ihre Farbe.

Statt Gelierzucker kann man Haushaltszucker und ein Geliermittel in Pulverform verwenden. Zur Wahl stehen Geliermittel 1:1, 2:1 oder 3:1. Ebenso eignet sich Agar-Agar zum Gelieren; die Menge an Zucker oder einem anderen Süßungsmittel (z. B. Honig oder Agavendicksaft) kann dabei beliebig variieren. Allerdings: Je weniger süß der Aufstrich ist, desto kürzer ist seine Haltbarkeit. Am besten sollte man solche Produkte im Kühlschrank aufbewahren.

Konfitüre mit Gelierzucker (für ca. 1,2 l Konfitüre)
mindestens 1 kg Früchte, 1 kg Gelierzucker 1:1

- 1 Die Früchte vorbereiten und nochmals abwiegen – es sollte 1 kg sein. Für stückige Konfitüre die Früchte klein würfeln; mit Gelierzucker in einen Topf geben. Der Topf sollte so groß sein, dass er mit Früchten und Zucker höchstens halb voll ist. Fruchtstückchen mit Gelierzucker 2–3 Stunden ziehen lassen. Alternativ die Früchte pürieren, mit dem Gelierzucker im Topf verrühren und sofort kochen (Schritt 2).
- 2 Früchte mit Gelierzucker bei starker Hitze offen aufkochen und nach Packungsangabe sprudelnd kochen lassen – die Kochzeiten können von Hersteller zu Hersteller variieren –, dabei rühren und ggf. abschäumen (siehe [Abb. 1](#)). Kurz vor Ablauf der Kochzeit die Gelierprobe machen (siehe [Abb. 2](#)). Falls die Konfitüre noch nicht geliert, diese noch 1 Minute kochen lassen; Gelierprobe wiederholen.
- 3 Die kochend heiße Konfitüre randvoll in vorbereitete Twist-off-Gläser füllen (siehe [Abb. 3](#)). Sofort mit den Deckeln fest verschließen. Gläser mit stückiger Konfitüre für 5–10 Minuten auf die Deckel stellen, damit die Fruchtstückchen nicht nach unten sinken. Die Konfitüre anschließend vollständig abkühlen lassen, dabei nicht bewegen. Die Gläser beschriften.



1 KONFITÜRE ABSCHÄUMEN Schaum, der sich während des Kochens bildet, mit einem Löffel abschöpfen. Er kann in der

Konfitüre zur Schimmelbildung führen. Den Schaum (z. B. in Joghurt) innerhalb weniger Tage genießen.



2 GELIERPROBE Kurz vor Ende der Kochzeit die Gelierprobe machen. Dafür etwas Konfitüre auf einen kleinen Teller geben und erkalten lassen. Teller leicht kippen: Zieht sich die Masse faltig zusammen, hat sie die richtige Konsistenz.



3 IN GLÄSER FÜLLEN Die Gläser auf ein feuchtes Tuch stellen und die heiße Konfitüre mithilfe eines Einmachtrichters randvoll hineinfüllen. Alternativ die Konfitüre in einen hitzebeständigen Krug mit Ausgießer schöpfen und in die Gläser gießen.

Konfitüre ohne Kochen

Sogenannte roh gerührte Konfitüre wird aus einem Teil Zucker und einem Teil Frucht (am besten Beeren) zubereitet. Die zerkleinerten Früchte sollten zunächst mit einem Teil des Zuckers Saft ziehen. Dann wird die Konfitüre mit dem restlichen Zucker und etwas Zitronensaft 10–15 Minuten gemixt. Sie ist im Kühlschrank bis zu 4 Wochen haltbar (siehe [S. 108](#)).

Einkochen und Heißeinfüllen



Die Möglichkeit, Obst und Gemüse durch hohe Temperaturen haltbar zu machen, wussten schon unsere Urgroßeltern zu schätzen. Denn so konnten sie selbst eingemachtes Kompott oder süßsaures Gemüse auch im Winter genießen.

Der konservierende Effekt beim Einkochen beruht darauf, dass Lebensmittel in mit Gummiringen, Glasdeckeln und Klammern verschlossenen Gläsern zwischen 75 und 100 °C erhitzt werden. Dadurch dehnen sich Luft und Wasserdampf im Glas aus, und es entsteht ein Überdruck. Beim Abkühlen ziehen sich Luft und

Dampf wieder zusammen – so bildet sich ein Vakuum im Glas, das den Deckel luftdicht verschließt.

Damit eingekochtes Obst und Gemüse auch wirklich unbeschadet die Lagerzeit überstehen, genügt das Vakuum allein nicht. Auch hier gilt: Gläser und Deckel müssen absolut sauber sein (siehe [S. 19](#)). Die Gummiringe sollten für 2–3 Minuten in Wasser, das mit etwas Essig versetzt wurde, ausgekocht werden und dann bis zur Verwendung in heißem klarem Wasser liegen bleiben. Nicht ganz so aufwendig ist die Vorbereitung für das sog. Heißeinfüllen. Dabei werden frisch gekochtes Kompott oder weich gegartes Gemüse mit Sud direkt in saubere Twist-off-Gläser gefüllt und fest verschlossen. Im Vorrat halten sich eingekochte wie auch heiß eingefüllte Köstlichkeiten mehrere Monate, eingekochte z. T. sogar jahrelang.

Einkochen im Kochtopf und im Backofen

Wer einen Einkochtopf besitzt, kann sich glücklich schätzen. Denn dieser Spezialtopf ist das optimale Gerät zum Einkochen: Die Gläser stehen darin stabil auf einem Gitter, und die Temperatur lässt sich genau am Thermometer ablesen. Kocht man nur selten ein oder möchte es erst mal ausprobieren, kann man Köstlichkeiten wie Kompott oder süßsaures Gemüse auch im Kochtopf oder im Backofen haltbar machen.

- Im Kochtopf (siehe [Abb. 2](#)): Die Temperatur des Wassers, das in den Topf gegossen wird, sollte etwa der des Glasinhalts entsprechen. Den Topf schließen und das Wasser langsam zum Kochen bringen. Je nach Einkochgut dauert die Einkochzeit bis zu 120 Minuten; sie beginnt, sobald das Wasser kocht. Die Gläser

nach dem Kochen noch 10 Minuten im Topf lassen, dann herausnehmen und unter einem Tuch abkühlen lassen.

- Im Backofen (siehe [Abb. 3](#)): Die Ofentemperatur so lange halten, bis in den Gläsern Bläschen aufsteigen. Danach den Ofen ausschalten und die Gläser gemäß angegebener Einkochzeit im Ofen lassen; erst dann herausnehmen und zugedeckt abkühlen lassen.

Richtig lagern

Eingekochtes bzw. Heißeingefülltes muss an einem kühlen, dunklen und trockenen Ort gelagert werden. Die Gläser sollte man zwischendurch regelmäßig daraufhin kontrollieren, ob sie noch fest verschlossen sind. Wenn bei Gläsern mit eingekochtem Inhalt die Deckel beim Anheben locker sind oder die Lasche der Gummiringe nicht mehr nach unten zeigt, haben sich im Glas Gase gebildet – der Inhalt ist dann ungenießbar. Wölbt sich bei Twist-off-Gläsern der Deckel, ist das ebenfalls ein sicherer Hinweis auf einen verdorbenen Inhalt.



1 GLÄSER (MIT GUMMIRING) FÜLLEN UND VERSCHLIESSEN
Die Gläser werden meist bis zu 2 cm unter den Rand hoch

befüllt (siehe Rezept) – keinesfalls randvoll. Die Gläser mit Deckeln, Gummiringen und Klammern fest verschließen.



2 IM KOCHTOPF EINKOCHEN Die Gläser in einen Kochtopf stellen, der so groß ist, dass sie sich nicht verhaken. Anschließend so viel Wasser in den Topf gießen, bis es die Höhe des Einmachguts im Glas erreicht hat.



3 IM BACKOFEN EINKOCHEN Die gefüllten Gläser in das tiefe Backblech stellen. Das Blech etwa 2 cm hoch bzw. zur Hälfte mit Wasser füllen. Bei Obst die Ofentemperatur auf 150–160 °C, bei Gemüse auf 190–200 °C einstellen.

Heißeinfüllen: die schnelle Alternative zum Einkochen