



südwest

KAY-HENNER MENGE

Fruchtgummis

natürlich selbst gemacht





südwest

KAY-HENNER MENGE

Fruchtgummis

natürlich selbst gemacht

INHALT

An die Töpfe, fertig – los...

4

Natürlich: Zutatenliste

6

Feine Fruchtgummis

8

Süße Sanddorn-Honig-Bärchen, fruchtige Mandarinen-Dinos oder cremig-zarte Cappuccino-Blumen wollen ausprobiert und vernascht werden.

Sweet 'n' sour

Hier finden gewagte Kombinationen wie Orange-Eierlikör, Ananas-Rote Bete oder Rosmarin-Limette ihre Fruchtgummi-Vollendung.

26

Sweet 'n' spicy

Banane -Vanille, Grüntee-Ingwer oder Orange-Chili lassen nicht nur die Herzen von Gewürzliebhabern höher schlagen.

44

Register

63

Impressum

64



An die Töpfe, FERTIG – LOS ...



Mit einer digitalen Küchenwaage und einem Messbecher mit Milliliterskala lassen sich die Zutaten exakt abmessen. Nicht wackeln: Motivformen achtsam ins Stärkebett stempeln.

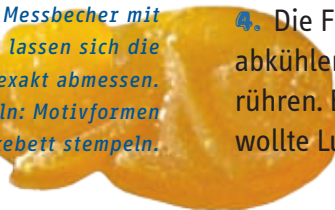
Es gibt nur wenige Dinge, die man bei der Fruchtgummiherstellung beachten muss:

1. Zuerst wird ein Backblech (ca. 40 x 30 cm) 2 cm dick mit 750 g Speisestärke bestreut. Nun die Stärke am besten mit einem Pfannenwender verstreichen und leicht andrücken. Wenn möglich das Blech für mindestens 30 Minuten in den Kühlschrank stellen.

2. Nun nach Rezept die Fruchtgummimasse kochen. **Hierbei ganz genau arbeiten!** Es empfiehlt sich, feste Zutaten mit einer Digitalwaage abzuwiegen, flüssige Zutaten in einem kleinen Messbecher mit Milliliterskala abzumessen.

3. Zum Kochen am besten einen kleinen Stieltopf benutzen. Wenn nicht anders angegeben, wird die Masse offen gekocht. Bei weiten Töpfen hätte die Masse eine zu große Oberfläche, und zu viel Flüssigkeit würde verdampfen. Angegebene Zeiten einhalten, lieber etwas länger als kürzer kochen.

4. Die Fruchtgummimasse muss im Topf auf Körpertemperatur abkühlen, dabei gelegentlich mit einem Löffel oder Teigschaber rühren. Beim Rühren mit einem Schneebesen entstehen ungewollte Luftblasen in der Fruchtgummimasse.



5. Inzwischen die Motive in die Speisestärke stempeln. Stempel fest in die Stärke drücken, so dass das Motiv ganz eingetaucht wird. Hierbei darauf achten, dass unter dem Stempel genügend Stärke verbleibt, so dass die Masse nicht davonlaufen kann. Dann die Stempel mit ruhiger Hand möglichst senkrecht nach oben herausheben, damit die Seitenwände nicht einstürzen. Motive nicht zu dicht nebeneinander stempeln, sonst verschiebt sich die Stärke. Stempel nach jedem Abdruck mit einem trockenen (!) Pinsel kurz abstauben. **Tipp: Vor der ersten Fruchtgummi-produktion das Blech zwei- oder dreimal zur Probe stempeln!**

6. Nun prüfen, ob die Masse Körpertemperatur erreicht hat (**Tipp: Einen Finger eintauchen. Es darf kein großer Temperaturunterschied zu fühlen sein.**) Die Masse darf nicht zu heiß sein, sonst legt sich ein Stärkemantel um das Fruchtgummi, der sich nur schwer entfernen lässt. Ist die Masse zu warm, kann man sie im Wasserbad herunterkühlen. Dabei immer mit einem Löffel oder Teigschaber rühren, sonst wird die Masse am Topfrand bereits fest. Ist die Masse zu fest, kann sie unter Rühren wieder erwärmt werden.

7. Masse in den Messbecher geben und rasch in die Förmchen verteilen. Blech in den Kühlschrank stellen. Nach 3 Stunden prüfen, ob sich die Fruchtgummis aus der Stärke heben lassen. Anhängende Stärke mit einem trockenen (!) Pinsel entfernen. Fruchtgummi mit der Stärkeseite nach unten auf einem Teller weitere 3 Stunden fest werden lassen. **Tipp: Wenn das Blech nicht in den Kühlschrank passt, werden die Fruchtgummis auch im kältesten Zimmer fest, es dauert nur länger.**

8. Fertige Fruchtgummis am besten in festschließenden Kunststoffdosen im Kühlschrank aufbewahren.



Abgekühlte Fruchtgummimasse behutsam in die Förmchen gießen. Fruchtgummis nach dem Erstarren vorsichtig herausheben und abpinseln.

Natürlich: ZUTATENLISTE

Auf jeder Fruchtgummipackung, die Sie im Laden kaufen können, finden Sie eine Zutatenliste. Wer seine Fruchtgummis jedoch selbst herstellt, weiß, was drinsteckt! Hier ein paar Informationen zu den wichtigsten Rezeptzutaten in diesem Buch:

Je nach Größe der ausgewählten Form ergibt jedes Rezept 15 bis 20 Fruchtgummis. Alle Rezepte lassen sich mit allen Stempeln zubereiten, die angegebenen Motive sind nur Vorschläge.

AGAR AGAR ist ein pflanzliches, geschmacksneutrales Bindemittel, das aus Algen gewonnen wird. Die Gelierkraft des hellen Pulvers ist abhängig vom Säuregehalt, deswegen braucht man für säurereiche Fruchtgummis etwas mehr Agar Agar als für säurearme. Das hitzestabile Geliermittel muss immer eine Zeitlang kochen, bevor es beim Abkühlen geliert, also fest wird. Sie bekommen Agar Agar im Naturkostladen oder im Reformhaus.

APFELPEKTIN ist ein pflanzlicher Festmacher aus den Schalen knapp reifer, säuerlicher Äpfel. Es gibt auch Pektin anderer Herkunft, z. B. aus Zitrusfrüchten. In Verbindung mit Zucker und Säure festigt der pflanzliche Ballaststoff die Fruchtgummimasse. In den Rezepten wird das beigefarbene Pulver stets mit etwas Zucker gemischt, damit es bei der Zugabe zur kochenden Fruchtgummimasse keine Klümpchen bildet. Pektin erhalten Sie im Naturkostladen oder im Reformhaus.