

KAY-HENNER MENGE

*Marmeladen,
Konfitüren & Gelees*

SELBST GEMACHT



südwest°

KAY-HENNER MENGE

*Marmeladen,
Konfitüren & Gelees*

SELBST GEMACHT

südwest^o



Inhalt

Einführung 4

Konfitüren & Marmeladen 10

Fangen Sie die fruchtigen Aromen des Sommers für den Winter ein und sorgen Sie für unwiderstehlichen Genuss auf Vorrat.

Gelees & Curds 32

Klare Devise: Saft aufs Brot satt Saft im Glas! Herrlich fruchtige Gelees und Curds locken auch Spätaufsteher an den Frühstückstisch.

Pikant Eingezeichnetes 52

Revolution im Einmachglas! Lassen Sie den würzigen Charme von herzhaft konserviertem als Begleiter von Käse oder Braten neue Akzente setzen.

Rezeptregister und Bezugsquellen 63

Impressum 64

Sommerhits fürs ganze Jahr

Ein Kurzzeitwecker ist ein wichtiger Küchenhelfer, denn die vorgegebenen Kochzeiten sollten genau eingehalten werden. Die Kochzeit beginnt ab dem Zeitpunkt, zu dem die Fruchtmasse durch und durch sprudelnd kocht. Damit nichts am Topfboden ansetzt, sollte während dieser Zeit ständig gerührt werden.

Süß Einkochtes – was ist was?

Jeder weiß, was gemeint ist, wenn man beim Frühstück nach der Marmelade fragt. Im Zuge der europäischen Harmonisierung hat man sich jedoch darauf verständigt, dass sich ein Erzeugnis nur dann **Marmelade** nennen darf, wenn es aus Zitrusfrüchten und Zucker hergestellt wurde. Alle anderen Brotaufstriche aus zerkleinerten Früchten und Zucker heißen demnach **Konfitüre**. Und alles, was aus dem Saft von Früchten und mit Zucker gekocht wird, nennt sich **Gelee**.

Zucker und Geliermittel im Überblick

Unsere Urgroßmütter kochten ihre Konfitüren aus Zucker und Früchten im gleichen Verhältnis. Das dauerte bei manchen Früchten recht lange, aber es funktionierte! Denn Früchte enthalten in unterschiedlicher Menge den Stoff, den man zum Marmeladekochen unbedingt braucht: **Pektin**. Der pflanzliche Ballaststoff festigt in Verbindung mit Zucker und Säure die Fruchtmasse und bildet ein sogenanntes Gel. Darum wird das Festwerden von Konfitüre und Co. als Gelieren bezeichnet.

Aus Früchten, die von Natur aus pektinreich sind, wie Äpfel, Heidel- oder Johannisbeeren sowie Zitrusfrüchten, lassen sich mit **Haushaltszucker** im Verhältnis 1:1 klassische Konfitüren bzw. Marmeladen kochen. Um eine lange Haltbarkeit von Eingemachtem zu gewährleisten, dient Zucker hier als natürliches Konservierungsmittel. Je weniger Zucker in Eingemachtem enthalten ist, desto kürzer kann es aufgehoben werden. Im Handel finden Sie **Einmachzucker** – ein Zucker mit etwas größeren Kristallen als im Haushaltszucker, die sich beim Einmachen langsamer auflösen.



Unterschiedliche Zuckerarten schaffen Aromenvielfalt im Glas: Agavendicksaft unterstreicht die Frucht, brauner Zucker verleiht Karamellnoten.

Dadurch kann sich das Fruchtaroma voll entfalten, und es entsteht weniger unerwünschter Schaum.

Für Früchte, die naturgemäß wenig Pektin enthalten, wie Erd- und Himbeeren, Kirschen und Zwetschgen, oder Früchte mit einem mittleren Pektingehalt, wie Aprikosen, Pfirsiche, Birnen, Brombeeren, Mirabellen und Weintrauben, empfiehlt sich die Zubereitung mit **Gelierzucker**. Damit verkürzt sich die Kochzeit erheblich. Gelierzucker ist immer eine Mischung aus Zucker und Pektin, das aus Zitruschalen oder aus den Schalen knapp reifer säuerlicher Äpfel gewonnen wird. Der **klassische Gelierzucker** funktioniert nach der 1:1-Methode. Hiermit Eingemachtes ist nahezu unbegrenzt haltbar.

Im Handel finden Sie jedoch auch Gelierzucker, bei denen das Frucht-Zucker-Verhältnis zugunsten der Früchte und des fruchtigeren Aromas erhöht ist. Für **Gelierzucker 2:1** nehmen Sie 1 Kilogramm Früchte und 500 Gramm Zucker, für **Gelierzucker 3:1** benötigen Sie 1,5 Kilogramm Früchte und 500 Gramm Zucker. Beide Gelierzuckervarianten enthalten

Für ein optimales Einmachergebnis beachten Sie bei Gelierzucker bitte zusätzlich die Herstellerangaben. Wenn Sie einmal weniger Frucht einkochen möchten, als auf der Gelierzuckerpackung angegeben ist, sollten Sie den Gelierzucker auf jeden Fall vor dem Abwiegen in einer Schüssel sorgfältig durchrühren, damit sich Zucker und Pektin gleichmäßig mischen.

Obst und Gemüse aus kontrolliertem Bioanbau ist zwar meist etwas teurer, aber auch komplett unbehandelt – und Sie können sicher sein, dass keine Pestizidrückstände im Fruchtfleisch oder auf den Schalen vorhanden sind.

Kaufen Sie lieber ein wenig mehr Obst als in den Rezepten angegeben. Dann können Sie Verluste, die beim Verlesen oder Putzen entstehen, einfach ausgleichen.

meist zusätzlich einen Konservierungsstoff; dennoch sollten die damit gekochten Konfitüren und Gelees nicht zu lange aufgehoben werden, da ihnen ein Teil des konservierenden Zuckers fehlt.

Neben den verschiedenen Formen von Gelierzucker finden Sie im Handel auch **Gelierzuckerpulver**. Auch dieses gibt es in den Ausführungen 1:1, 2:1 und 3:1. Gelierzuckerpulver ist besonders geeignet, wenn Sie Gelee kochen möchten und hierzu die Früchte mit einer Zuckerzugabe entsaften. Oder wenn Sie Konfitüren und Gelees nicht mit Haushaltszucker, sondern mit einer anderen Zuckersorte kochen möchten.

Mit **braunem Zucker** bekommen Konfitüren, Gelees und Chutneys eine leicht karamellige Note. **Vollrohrzucker** ist eingedickter und gemahlener Zuckerrohrsaft; er gibt Eingemachtem eine dunkle Farbe und einen leicht malzigen Geschmack. Eingemachtes lässt sich aber auch sehr gut mit **Honig** süßen.

Im Naturkostladen finden Sie **Agavendicksaft**, ein neutrales Süßungsmittel, das aus Blättern der mexikanischen Agave hergestellt wird. Der honigähnliche Dicksaft besteht hauptsächlich aus Fruchtzucker (Fruktose) und bringt die Fruchtigkeit des Eingemachten besonders gut zur Geltung.

Zur optimalen Ausnutzung des fruchteigenen Pektins gibt man häufig **Zitronensäure** zu den Früchten. Zitronensäure ist ein natürliches Konservierungsmittel und unterstützt das Gelingen Ihrer Konfitüren und Gelees.

Immer eine gute Wahl – bestes Obst ins Glas

Die Früchte sollten so frisch wie möglich und gut ausgereift sein. Unreifes Obst hat noch nicht sein volles Aroma, überreifes Obst enthält weniger Pektin und verdirbt schnell. Beeren sind besonders empfindlich und sollten nach Einkauf oder Ernte rasch verarbeitet werden. Breiten Sie die Beeren bis zur Verarbeitung flach aus und lagern Sie diese möglichst kühl. **Verarbeiten Sie nur einwandfreie Früchte; Angeschimmelter auf keinen Fall verwenden, sondern wegwerfen.**