



Tipps und Tricks rund ums Einmachen

Einkochen

Beim Einkochen werden Lebensmittel sterilisiert und heiss in Gläser abgefüllt. Beim Abkühlen der Gläser zieht sich die Luft zusammen und erzeugt so ein Unterdruck, der den Deckel fest ans Glas ansaugt. Dadurch wird das Eindringen von Keimen verhindert und macht das Eingemachte haltbar.

Vorbereiten

Einmachgläser gründlich mit heissem Wasser spülen, um Spülmittelreste zu entfernen, diese können den Geliervorgang stören. Dazu Gläser mit kochendem Wasser füllen und Deckel 5 min. sprudelnd kochen. Die Deckel nicht abtrocknen, die können nass aufgeschraubt werden.

Mengen

Am Besten nur kleine Mengen aufs Mal zubereiten: 1 kg Früchte oder Gemüse bzw. 750 ml Saft. Die Früchte werden gerüstet gewogen, damit die Mengen stimmen. Dies verkürzt einerseits die Kochzeit und andererseits schon es die Vitamine.

Geliermittel Pektin

Pektin ist ein natürlicher Bestandteil von Früchten und ist zusammen mit Zucker und Zitronensäure für den Geliervorgang verantwortlich. Je nach Pektingehalt der Frucht muss zusätzlich Pektin und Zitronensäure beigegeben werden. Der Pektingehalt ist in unreifen Früchten höher und nimmt mit zunehmender Reife ab. Konfitüren mit Gelierzucker 2:1 sind weniger süss und fruchtiger (auf 1 kg Früchte 500 g Zucker und 1 Pack Geliermittel verwenden). Schlecht gelierende Früchte können mit gut gelierenden Früchten kombiniert werden (z.B. Erdbeeren und Zitronen, Ananas und Äpfel).

Gelierprobe

Die Gelierprobe zeigt, ob die Konfitüre richtig geliert ist. Dazu 1 TL Konfitüre auf einen Teller geben, wird die Masse dicklich und fliesst nicht mehr davon, wird auch die Konfitüre gelieren. Schneller geht es, wenn der Teller im Kühlschrank gekühlt wurde.

Kochen von Konfitüre und Chutneys

Fruchtmasse unter ständigem Rühren 3 min (mit Geliermittel) oder bis zum Gelieren sprudelnd kochen lassen.

Einmachen von Gemüse

Sud aus Essig, Wasser (1:1), Zucker (ca. 3EL/l), Salz (1EL/l) und beliebigen Kräutern und Gewürzen aufkochen. Gemüse in Stücke oder ganz, je nach dem vorgekocht in Gläser füllen und mit Sud übergiessen. Der Sud muss das Gemüse zwingen 2cm überdecken.

Abfüllen

Gewürze unbedingt die volle Zeit mitkochen. Kochend heisse Masse mit dem Einfülltrichter in die Gläser füllen, bis 1-2 cm unter den Rand. Deckel aufsetzen und 5 min auf den Kopf drehen, damit auch der Deckel durch die heisse Masse sterilisiert wird. Die Gläser beim Abkühlen nicht bewegen, damit der Gelierprozess nicht gestört wird (gilt nicht für Einlegen in Essig).

Aufbewahren

Die eingemachten Gläser sind ein Jahr lang haltbar. Kühl und dunkel lagern, damit keine Verfärbungen entstehen.

Pannenhilfe

Wenn die Konfitüre zu flüssig ist, nochmals aufkochen und Geliermittel beigegeben. Ist sie zu stark geliert, mit 1-2 EL heissem Wasser verdünnen oder die Konfitüre zu einem Dessert oder Shake weiterverarbeiten.



Mus, Gelee und Marmelade

Mus

1 kg Früchte, entkernt und zerkleinert
½ Zitrone, Saft
500 ml Wasser
125 g Zucker

Gelee

1 kg Früchte, in Stücke schneiden
500 ml Flüssigkeit (Apfelsaft, Weisswein)
Zitronensaft
Zucker (evtl. zusätzliches Pektin)
(Verhältnis 750 ml Fruchtsaft, 500 g Zucker,
2 EL Zitronensaft)

Marmelade

1 kg Früchte, entkernt, in Stücke schneiden
etwas Wasser
500 g Zucker
1 Zitronen, Saft
evtl. Vanillepaste



Früchte (Äpfel, Quitten, Birnen, Beeren oder gemischt) mit Zitronensaft und Wasser aufkochen, 20-25 Minuten kochen. Mit dem Stabmixer pürieren, Zucker hinzufügen, nochmals aufkochen und dann heiss in Gläser abfüllen.

Quitten mit Flüssigkeit über Nacht ziehen lassen, dann im Dampfkochtopf weichkochen, durch Gazetuch entsaften. Zusammen mit Zitronensaft und Zucker aufkochen und heiss abfüllen.

Früchte mit Wasser im Dampfkochtopf weichgaren, evtl. mit dem Stabmixer pürieren oder durch das Passevite lassen und mit dem Zucker, Zitronensaft aufkochen und heiss in Gläser abfüllen.

Kürbis-Rezepte

Kürbis-Marmelade mit Ingwer

1 kg Kürbis
etwas Ingwer, gerieben
2 Zitronen, Saft und 1 EL Schale
500g Zucker
Pektin



Kürbis im Dampfkochtopf weichgaren und pürieren, mit Ingwer und Zitronensaft und –schale aufkochen, Pektin begeben, Zucker hinzufügen und heiss abfüllen.

Anstelle von Ingwer können auch andere Zutaten gewählt werden wie Verveine, Orangen, Zimt etc.

Kürbis Chutney mit Salbei

1,5 kg Kürbis, in Würfel geschnitten
 4 Zwiebeln, mittelgross
 3 Zitronen, Saft
 250 ml Essig
 200 g Zucker
 2 EL Salz
 1 Knoblauchzehe
 Salbei

Alle Zutaten ausser Salbei aufkochen bis Kürbis weich ist. Salbei grob gehackt beigegeben und nochmals kurz köcheln, dann heiss abfüllen.

Anstelle von Salbei können auch andere Zutaten gewählt werden wie Orangen, Zimt etc.

Süsssaurer Kürbis

1,5 kg Kürbis, in Würfel geschnitten
 500 ml Essig
 500 ml Wasser
 120 g Zucker
 4 Zwiebeln
 Gewürze: Nelken, Zimtstangen etc.
 Orangensaft, Zitronensaft

Kürbis mit Essig und Wasser über Nacht ziehen lassen, aufkochen und 3 Minuten sprudelnd kochen. Dann heiss in Gläser abfüllen.

Anstelle der genannten Gewürze können auch andere Zutaten gewählt werden wie Orangen, Meerrettich etc.

Weitere Rezepte

Eingelegte Knoblauch

400 g Knoblauch, 5 Knollen
 250 ml Weisswein-Essig
 250 ml Weisswein
 75 g Zucker
 1 Zweig Rosmarin
 1 Zweig Thymian
 1 Lorbeerblatt
 1 TI Pfefferkörner
 2 TI Salz
 evtl. Nelken und Senfkörner

Kurze Variante: alles zusammen aufkochen, Knoblauch hinzufügen und 10min köcheln lassen. Dann heiss in Gläser abfüllen.

Lange Variante: alles zusammen aufkochen, 24 Stunden ziehen lassen und dann nochmals 10 Minuten kochen und in Gläser heiss abfüllen.



Knoblauchpaste

200 g Knoblauch, 3 Knollen
 75 ml Olivenöl
 0.5 TI Salz
 evtl. 4 EL Weisswein oder Zitronensaft

Knoblauch grob zerkleinern und mit Öl pürieren. Oder mit Weisswein/Zitronensaft pürieren und Öl nach und nach dazugeben. In sterile und noch heisse Gläser abfüllen.

(Vitamin C oder Zitronensäure ist gegen die Oxidation)



Grüne Tomaten Chutney

600 g grüne Tomaten
1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe
1 Apfel
1 Peperoni
200 ml Apfelessig
150 g Zucker, 15 g Pektin
3 Lorbeerblätter
Senfkörner, Nelken, Chili, Kardamom

1 Zitrone, Schale und Saft
2 cm Ingwer
1 TL Salz

Alles zusammen aufkochen, dann Pektin begeben und 4 Minuten sprudelnd kochen. Dann pürieren und heiss abfüllen.

Zucchini Pesto

2 mittelgrosse Zucchetti
1 El Olivenöl
25 g Kernen
4 Knoblauchzehen
1 Zitrone, nur Saft
2-3 Eiswürfel
Salz und Pfeffer

Zucchetti in Scheiben kurz mit Olivenöl anbraten und abkühlen lassen. Alle Zutaten im Mixer pürieren. Die Eiswürfel sorgen dafür, dass sich das Pesto nicht verfärbt und für die Konsistenz, da nicht wie üblich Öl begefügt wird.

Chili-Peperoni Gelee

750 g Peperoni
100 g Chilis
50 g frischer Ingwer
350 ml Apfelessig
1 kg Zucker
Pektin
1-2 Limetten
1 TL Salz

Chili, Peperoni und Ingwer fein hacken. Mit dem Essig und Pektin in einen grossen Topf geben und langsam zum Siedepunkt bringen. Limettensaft, Zucker und Salz hinzufügen und unter Rühren auflösen. 8 Minuten kochen lassen und heiss in sterile Gläser abfüllen.

Ketchup mit Kick

2,25 kg Tomaten, grob gehackt
2 Chilis, grob gehackt
1 Zwiebel, grob gehackt
1 TL Salz, Fenchelsamen, Senfkörner
250 ml Essig
100 g Zucker
1 Zimtstange
½ TL Muskatnuss, Paprika
evtl Tomatenmark, Cayennepfeffer

Tomaten, Chilis, Zwiebeln und Salz in einem Topf andünsten bis die Tomaten zerfallen, dann auf niedriger Stufe 30 Minuten köcheln bis Tomaten weich sind. Fenchel- und Senfsamen in eine Gaze legen und Säcklein binden. Tomatenmischung durch ein Sieb streichen. Gewürzsäcklein und restlichen Zutaten hinzufügen, rühren bis der Zucker sich aufgelöst hat. Dann 2 Stunden einkochen lassen bis der Ketchup eingedickt ist. Heiss in Gläser abfüllen.

Tomaten Chili Konfi

500 g Tomaten
1 TL Chiliflocken
1 TL Kräuter
1 Zitrone, Saft
1 Prise Salz
250 g Zucker

anderen Zutaten bis auf den Zucker in einen Topf geben und 8 Minuten kochen bis die Tomaten weich sind. Zucker beifügen und erhitzen bis es sich aufgelöst hat. Dann 10 bis 15 Minuten sprudelnd kochen bis der Topfinhalt dick wird. Gelierprobe machen und dann in sterile Gläser abfüllen.

Tomaten 1 Minute in kochendem Wasser blanchieren, enthäuten und grob hacken. Mit allen