

Britta Gädtker



♥
Liebe
im
Glas

Kreativ-ungewöhnliche Rezeptideen
von Marmelade bis Pesto

blv

Zum **Auskühlen** gibt es verschiedene Meinungen: Einige sagen, man sollte die befüllten Gläser für kurze Zeit auf den Kopf stellen, damit die heiße Marmelade den Deckel noch einmal zusätzlich sterilisiert. Andere sagen, die Marmelade sollte nicht mit dem im Deckel befindlichen Plastik in Verbindung kommen. Ich persönlich stelle meine Marmeladen auf den Kopf. Wenn Ihnen das mit dem Plastik Gedanken macht, überspringen Sie diesen Schritt, achten Sie dann aber vorher noch mehr auf die Sauberkeit der Deckel.

Marmelade wird auf die klassische Art mit viel Zucker und ohne extra Geliermittel gekocht. Der Zucker sorgt dafür, dass die Früchte haltbar bleiben, allerdings überdeckt er, in großer Menge eingesetzt, leider auch einen großen Teil ihres Geschmacks. Das Fruchtaroma kommt bei der Verwendung von weniger Zucker besser zur Geltung. Daher gibt es inzwischen viele Varianten, Marmelade zum **Gelieren** zu bringen. Man muss natürlich wissen, dass in Gelierzuckern mit geringerem Zuckeranteil auch zwangsläufig Konservierungsmittel enthalten sein müssen, um die Haltbarkeit zu gewährleisten. Ich versuche bei den Rezepten in diesem Buch eine ganze Bandbreite an Geliermethoden zu zeigen – suchen Sie sich heraus, was Ihnen persönlich am besten gefällt.

Pickles Wer kennt nicht die sauren Gurken von Oma? Teilweise wurden sie fermentiert (milchsauer vergoren), teilweise gleich mit einer Essiglösung eingelegt. In diesem Buch zeige ich Ihnen verschiedene Varianten von süßsauren sogenannten Pickles. Zucker und Essig sind hier die Bestandteile, die diese Produkte haltbar machen. Einige sind sofort zum Verzehr geeignet, bei manchen muss man sich ein wenig gedulden, da sie erst nach einer Weile ihren leckeren Geschmack offenbaren.

Pesto Es besteht aus Kräutern, anderen Zutaten und einem großen Schuss Öl. Wenn Sie das Pesto nicht gleich aufbrauchen, dann bewahren Sie es im Kühlschrank auf und geben auf jeden Fall immer eine Schicht Öl darauf – so kommt keine Luft an das Pesto und es kann somit nicht so schnell verderben!

Ein Wort zur Haltbarkeit Immer wieder werde ich auf meinem Blog oder von Freunden gefragt, wie lange die Produkte denn haltbar seien. Das ist eine äußerst schwierige Frage, da sie von so vielen Faktoren abhängt. Sind wirklich alle Gefäße und Gerätschaften absolut sauber gewesen? Manchmal reicht ein Härchen oder ein Staubkorn zwischen Gummiring und Deckel schon, damit das Produkt Luft zieht und nicht mehr dicht ist. Außerdem hängt es davon ab, wie frisch die Zutaten waren, ob sie völlig durchgegart sind oder überhaupt davon, was sich in dem Glas befindet. Nüsse oder ein Schuss Alkohol zum Beispiel reduzieren die Haltbarkeit

von Marmeladen.

Darum sage ich allen, die diese Frage stellen, dass sie bitte ihre Sinne verwenden und ihrem gesunden Menschenverstand vertrauen sollen.

- Zuerst hören: Knackt der Twist-off-Deckel oder »ploppt« der Gummiring beim Öffnen des Glases? Dann ist das Vakuum noch intakt gewesen und es ist keine Luft von außen an das Einkochgut gelangt, das ist gut!
- Dann sehen: Befinden sich kein Schimmel, keine abgesetzte Schicht oder womöglich andere Verunreinigungen auf dem Einkochgut im Glas? Es sieht – buchstäblich – schon mal gut aus!
- Als Nächstes riechen: Riecht der Glasinhalt, wie Sie es erwarten? Faulige oder schmierige Gerüche möchten wir nicht!
- Als Letztes schmecken: Probieren Sie vorsichtig, wenn Sie sich nicht ganz sicher sind. Sie werden merken, wenn die Früchte oder das Gemüse »einen Stich« haben!

All das finde ich viel wichtiger als das schriftlich festgelegte Haltbarkeitsdatum. Mein Mann vergleicht das mit dem Navi. Wenn Ihr Auto Ihnen sagt: »Bitte rechts abbiegen«, wenn rechts ein »Durchfahrt-verboten-Schild« steht – machen Sie das dann auch? Nein, Sie sagen sich, dass das keine gute Idee ist. Auch da ist doch der Verstand viel wichtiger als die Anleitung des Navis, oder?

KLEINES HALTBARKEITS-ABC

Senf sollte generell möglichst erst einmal 2 Wochen ziehen, bevor man ihn das erste Mal probiert. Aufbewahren sollte man Senf gut verschlossen im Kühlschrank – dort ist er bis zu 1 Jahr haltbar.

Chutneys und **Relishes** sind im ungeöffneten Glas bis zu 4 Monate haltbar. Das geöffnete Glas hält sich im Kühlschrank noch einige Wochen.

Pickles sind im ungeöffneten Glas $\frac{1}{2}$ –1 Jahr haltbar. Geöffnet sollte das Glas im Kühlschrank aufbewahrt und der Inhalt innerhalb von 4 Wochen verbraucht werden.

Bei **Marmeladen**, **Gelees** und **Konfitüren** hängt die Haltbarkeit von der Menge des enthaltenen Zuckers ab. Je mehr Zucker, desto haltbarer. Bei den Gelierzuckern, die heutzutage auf dem Markt sind (2:1 oder 3:1), sorgen Konservierungsstoffe für die Haltbarkeit der Produkte. Hier sollte man die Angaben des Herstellers beachten. Auch bei Marmeladen gilt: Wenn das Glas geöffnet ist, gehört es in den Kühlschrank – 1 Monat sollte der selbst gemachte Fruchtaufstrich dann jedoch haltbar sein; ungeöffnet etwa 1 Jahr.

Curds sind Brotaufstriche, die traditionell mit Ei hergestellt werden. Daher ist die Lebensdauer dieser süßen Leckereien sehr kurz. Sie sollten durchgehend im Kühlschrank gelagert und innerhalb 1 Woche verbraucht werden.

Sirup verhält sich ähnlich wie Marmelade: Auch hier gilt, je weniger Zucker, desto schneller sollte der Flascheninhalt verbraucht werden.

Wer sich bei selbst gemachten **Saucen** (BBQ, Ketchup und Ähnliches) unsicher ist, wie lange sie haltbar sind, der kocht die befüllten Gefäße noch einmal ein. Grundsätzlich halten sie sich dann 4–6 Monate in der geschlossenen Flasche.

Salze und **Gewürzmischungen** sind nahezu unendlich haltbar, wenn sie wirklich gut trocken sind. Jedwede Feuchtigkeit verringert die Haltbarkeit, da sich dadurch schnell Schimmel bilden kann.

Bei selbst angesetzttem **Essig** und **Öl** gilt eigentlich dieselbe Haltbarkeit, die das ursprüngliche Lebensmittel, also der Essig bzw. das Öl, aufweist. Schwebstoffe (z. B. Gewürze, Obst- und Gemüsereste) müssen durch Abseihen entfernt werden.

Liköre sind, sofern sie nur »aufgesetzt« (das bedeutet, dass die Früchte, die dem Likör ihren Geschmack verleihen, nachher wieder entfernt werden) und nicht mit Sahne o. Ä. angereichert werden, durch ihren hohen Alkoholgehalt mehrere Jahre haltbar.



Süßes aus dem Glas

MARMELADEN, GELEES, KONFITÜREN & CURDS

