

Einkochen mit Zucker

Früchte lassen sich durch folgende Methoden haltbar machen, wobei Hitze- einwirkung, luftdichtes Verschliessen (Vakuum) und Zucker die Haltbarkeit erhöhen:

- **Konfitüre:** Früchte werden mit Kristall- oder Gelierzucker eingekocht.
- **Gelee:** Fruchtsaft wird mit Zucker oder Gelierzucker eingekocht.
- **Sirup:** Fruchtsaft oder aromatisiertes Wasser (z. B. Pfefferminze, Holunderblüten) wird mit Zucker und Zitronensäure eingekocht.
- **Heisseinfüllen:** Ganze oder halbierte Früchte werden in Zuckersirup gekocht und mit dem Sirup heiss eingefüllt.

Alle vier Methoden sind einfach. Damit alles sicher gelingt, das Wichtigste in Kürze.

Qualität der Früchte

Nur gesunde und reife Früchte verwenden.

Zucker und Gelierzucker

Zucker unterstützt das Gelieren von Konfitüre und Gelee und konserviert gleichzeitig. Es eignen sich Kristall- und Gelierzucker.

Wichtig: Die Geliervkraft von Gelierzucker ist je nach Marke unterschiedlich, deshalb wird in den Rezepten das verwendete Produkt angegeben.

Gelierhilfen

Gelermittel (z. B. Confi-vite) werden immer zusätzlich zu mehr oder weniger Kristallzucker verwendet. Sie setzen sich je nach Produkt aus unterschiedlichen Geliermitteln wie Pektin, Johannisbrotkernmehl, Carrageen (Rotalgen), Traubenzucker oder Zucker und Konservierungsstoffen wie Zitronensäure, Weinsäure, Kaliumchlorid zusammen.

Gelierzucker ist eine fertige Mischung aus Zucker, Apfelpektin und Säuerungsmittel (Zitronensäure). Apfelpektin wird aus unreifen Äpfeln gewonnen.

Im Handel erhältlich sind auch **Gelfix classic 1:1**, **extra 2:1** und **super 3:1**. Die Zahlen 1:1, 2:1 oder 3:1 bezeichnen das Verhältnis von Früchten und Zucker. Zum Beispiel für 1 kg Früchte und 500 g Zucker wird 1 Beutel Gelfix extra 2:1 (25 g) verwendet.

Wichtig: Angaben auf der Verpackung beachten. Da nicht alle Früchte dieselben Geliereigenschaften haben, ist vor dem Einfüllen eine Geliervprobe empfehlenswert (siehe S. 2).

Pektin

Bei der Herstellung von Konfitüre und Gelee spielt auch der Pektingehalt der Früchte eine entscheidende Rolle. Pektin ist verantwortlich für den Geliervorgang. Es ist ein natürlicher Bestandteil in Pflanzen. Der Pektingehalt ist in knapp reifen, säuerlichen Früchten am höchsten. Er baut sich mit zunehmender Reife ab. Pektine entwickeln ihre Geliervfähigkeit in Verbindung mit Zucker und Säure.

Tipps

- Schlecht gelierende Früchte mit gut gelierenden Früchten kombinieren.
- Enthalten Früchte für die Herstellung von Konfitüre oder Gelee zu wenig Pektin oder möchte man die Zuckermenge reduzieren, wird Gelierzucker oder ein Geliermittel zur Unterstützung verwendet (siehe oben).

Hinweis: Nur die in den Rezepten angegebene Menge auf einmal zubereiten. Wird Konfitüre oder Gelee in grösseren Mengen auf einmal zubereitet, kann das einen negativen Einfluss auf das Gelieren haben.

Betty Bossi

Obst

Ananas	schlecht
Äpfel	gut
Aprikosen	mittel
Birnen	schlecht
Brombeeren	mittel
Cranberrys	gut
Erdbeeren	schlecht
Feigen	gut
Grapefruits	gut
Hagebutten	gut
Heidelbeeren	mittel
Himbeeren	mittel
Holunder	schlecht
Johannisbeeren	gut
Kirschen	schlecht
Kiwis	schlecht
Mangos	schlecht
Melonen	schlecht
Mirabellen	gut
Nektarinen	schlecht
Orangen	gut
Pfirsiche	schlecht
Pflaumen	gut
Quitten	gut
Rhabarber	gut
Stachelbeeren	gut
Trauben	schlecht
Zitronen	gut
Zwetschgen	gut

Gelierfähigkeit

Wahl der Gläser

Konfitüre, Gelee: Am besten eignen sich Gläser mit Schraubverschluss. Darauf achten, dass der Deckel gut schliesst. Gläser ohne Deckel mit speziellem Cellophanpapier und Gummiringli verschliessen.

Tipp: in kleinen Gläsern (bis ca. 2 dl) gelieren Konfitüren und Gelees besser als in grossen Gläsern.

Sirup: Glasflaschen mit Gummidichtung und Bügelverschluss oder Flaschen mit Schraubverschluss verwenden.

Heiss einfüllen: Einmachgläser mit Gummidichtung und Schnapp- oder Bügelverschluss bzw. Klammern oder Gläser mit gut passendem Schraubverschluss verwenden.

Gläser und Flaschen vorbereiten

Gläser/Flaschen, Deckel und Gummidichtung müssen sauber bzw. möglichst steril sein, damit sich kein Schimmel bilden kann. Gummidichtungen von Einmachgläsern und Flaschen überprüfen, rissige und spröde Dichtungen ersetzen. Gläser/Flaschen und Deckel im Geschirrspüler mit dem heissesten Programm oder von Hand mit heissem Wasser und Spülmittel gründlich reinigen. Gläser/Flaschen nicht abtrocknen. Bei Einmachgläsern die Lasche der Gummiringe so platzieren, dass sie nicht beim Verschlussbügel zu liegen kommt. Gläser und Flaschen sofort füllen und verschliessen.

Gelierprobe Konfitüre: Wenig heisse Konfitüre auf einen Teller geben, auskühlen. Fliesst sie nicht mehr und bildet sich nach kurzer Zeit eine feine Haut, ist die richtige Konsistenz erreicht. Andernfalls Konfitüre kurz weiterkochen, erneut testen. Konfitüre siedend heiss bis knapp unter den Rand in die sauberen, vorgewärmten Gläser füllen, sofort verschliessen.

Tipp: Ein Trichter mit weitem Hals erleichtert das Einfüllen.

Gelierprobe Gelee: Wenig heisses Gelee auf einen Teller geben, auskühlen. Fliesst es nicht mehr und bildet sich nach kurzer Zeit eine feine Haut, ist die richtige Konsistenz erreicht. Andernfalls Gelee kurz weiterkochen, erneut testen. Gelee siedend heiss bis knapp unter den Rand in die sauberen, vorgewärmten Gläser füllen, sofort verschliessen. Gläser auskühlen.

Haltbarkeit: kühl und dunkel ca. 12 Monate.



Betty Bossi

Konfitüre und Gelee

- Die sauberen Gläser in heissem Wasser vorwärmen.
- Nur kleine Portionen auf einmal einkochen, max. 1 kg Früchte für Konfitüren, 5–6 dl Fruchtsaft für Gelee.
- Früchte oder Fruchtsaft unter ständigem Rühren bis zum Gelpunkt sprudelnd einkochen. Gelprobe siehe S. 2.
- Allfälligen Schaum vor dem Einfüllen abschöpfen.
- Wenn der Gelpunkt erreicht ist, die Konfitüre oder das Gelee siedend heiss bis knapp unter den Rand der Gläser einfüllen. Ein breiter Trichter erleichtert das Einfüllen.
- Gläser gut verschliessen, auf einer isolierenden Unterlage und vor Zugluft geschützt ganz auskühlen.
Hinweis: Gläser mit Schraubverschluss unmittelbar nach dem Verschliessen kurz (ca. 1 Min.) auf den Kopf stellen, so werden allfällige Bakterien und Schimmelpilzsporen im Hohlraum unter dem Deckel unschädlich gemacht. Gläser drehen, auskühlen.

Marmelade

ist Konfitüre, die nach dem Erreichen des Gelpunktes püriert wird. Nach dem Pürieren Marmelade nochmals aufkochen, siedend heiss einfüllen.

Mehrfrucht-Konfitüre

Früchte lassen sich auch kombinieren wie in der bekannten Vierfrucht-Konfitüre. Einfach nach Lust und Laune experimentieren.

Klassische Vierfrucht-Konfitüre

(kleines Bild S. 4).
Für 2 Gläser von je ca. 2 dl

Je 125 g **Äpfel**, **Erdbeeren**, **Pfirsiche** und **Zwetschgen** in Stücke schneiden, weich kochen, durchs Passe-vite treiben (kleines Bild S. 4). 300 g **Zucker** begeben, einkochen und einfüllen.

Tipps

- Gewürze (z. B. Kardamompulver, Zimt) mit den Früchten mitkochen. Ganze Gewürze (z. B. Sternanis, Vanillestängel, Zimtstange) mitkochen, vor dem Einfüllen entfernen.
- Alkohol kann die Gelpfahigkeit vermindern.
- Beim Auskühlen die Gläser nicht bewegen, damit der Gelpfprozess nicht gestört wird. Gläser ganz auskühlen, der Gelpfprozess ist erst dann abgeschlossen.

Pannenhilfe

Zu dünnflüssige Konfitüren/Gelees mit einem Gelpmittel (z. B. Confi-vite) nochmals einkochen. Zu dicke Konfitüren vor dem Servieren mit 1–2 Esslöffel heissem Wasser, passendem Obstbranntwein oder Likör verrühren.

Haltbarkeit

Konfitüre und Gelee sind ca. 12 Monate haltbar. Kühl und dunkel (z. B. im Keller) aufbewahren. Einmal geöffnete Gläser im Kühlschrank aufbewahren, Konfitüre/Gelee rasch konsumieren.

Sirup

- Blüten oder Kräuter werden in Zuckerwasser angesetzt, dann abgeseibt. Die Flüssigkeit aufkochen und siedend heiss in saubere, vorgewärmte Flaschen füllen.
- Für Fruchtirsirup muss zuerst der Fruchtsaft gewonnen werden. Früchte nicht ausdrücken, sonst wird der Sirup trüb!
- Allfälligen Schaum vor dem Einfüllen abschöpfen.
- Flaschen gut verschliessen, auf einer isolierenden Unterlage und vor Zugluft geschützt ganz auskühlen.
Haltbarkeit: kühl und dunkel ca. 6 Monate. Einmal geöffnete Flaschen im Kühlschrank aufbewahren, Sirup rasch konsumieren.

Betty Bossi

Heiss einfüllen

Arbeitsvorgang

- Gläser testen: Gläser mit Schraubdeckel mit Wasser füllen, verschliessen, umdrehen, sie müssen völlig dicht sein. Bei Gläsern mit Gummidichtung diese kontrollieren; spröde oder beschädigte Gummiringe ersetzen.
- Immer mit 2 Pfannen arbeiten. In der einen Pfanne werden die Früchte in Zuckersirup knapp weich gekocht, in der anderen Pfanne die Einmachgläser im heissen Wasser vorgewärmt.
- Früchte für jeweils nur ein Einmachglas auf einmal knapp weich kochen, sonst werden die weiteren Früchte zu weich.
- Früchte in das vorgewärmte Einmachglas in der anderen Pfanne füllen. Kochenden Zuckersirup bis zum Überlaufen über die Früchte giessen.
- Glas sofort verschliessen, auf isolierender Unterlage und vor Zugluft geschützt ganz auskühlen. Glas aussen reinigen.
- Gläser kontrollieren.

Haltbarkeit: kühl und dunkel (z. B. im Keller) ca. 12 Monate. Einmal geöffnete Gläser im Kühlschrank aufbewahren, Früchte rasch konsumieren.

Eignet sich für:

- Blanchiert, Haut entfernt, halbiert, entsteint: Aprikosen, Pfirsiche.
- Geschält, Kerngehäuse entfernt: Äpfel, Birnen, Quitten.
- Halbiert, entsteint: Nektarinen, Zwetschen.
- Kirschen, Mirabellen und Pflaumen, sind entsteint etwas weniger lang haltbar und sehen weniger hübsch aus. Mit Stein sind die Früchte schöner, müssen jedoch vor dem Servieren meist noch entsteint werden.

Umgang mit Schimmel

Die Ursache von Schimmel ist meist unsauberes Arbeiten oder undichte Deckel. Schimmelige Konserven müssen weggeworfen werden, da die farblosen Zellfäden der Schimmelpilze tief ins Produkt hineinwachsen können.

Beschriften der Gläser und Flaschen

Damit man die Übersicht über den Vorrat behält, jedes Glas mit Inhalt und Datum beschriften.

Tipps

- Vorräte regelmässig auf Schimmelbefall kontrollieren.
- Neu eingemachte Gläser hinten einordnen, ältere vorne.

