

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Die Kunst zu kochen

Mädcheninstitut St. Agnes <Freiburg im Breisgau>

Freiburg im Breisgau, 1907

II. Das Eindünsten oder Sterilisieren von Gemüsen und Früchten.

urn:nbn:de:bsz:31-54713

II. Das Eindünsten oder Sterilisieren von Gemüsen und Früchten.

1. Durch Sterilisieren werden, wie früher schon bemerkt, die aus der Luft auf Gemüse und Früchte übergehenden Fäulniskeime zerstört. Infolge davon lassen sich so behandelte Gemüse und Früchte, wenn nach dem Sterilisieren die Luft von ihnen abgeschlossen ist, auf längere Zeit frisch erhalten ohne Einbuße an Aussehen und Geschmack. Auf diese Weise ist es möglich, selbst im Winter Gemüse auf den Tisch zu bringen, die sonst nur im Sommer zu haben sind. In landwirtschaftlichen Betrieben sind solche sterilisierten Gemüse selbst für den Sommer vorteilhaft. Besonders während der strengen Ernte, wo in der Regel wenig Zeit zum Kochen übrig bleibt, wird es eine große Erleichterung sein, zum Konservenvorrat greifen zu können.

2. Die zum Sterilisieren verwendeten Gemüse und Früchte müssen durchaus frisch und unverdorben sein, wenn sie durch Sterilisieren haltbar werden sollen.

3. Am leichtesten und sichersten geschieht das Sterilisieren durch Anwendung eines Eindünstfessels (Sterilisierapparates), der jetzt in jedem Haushaltungsgeschäft zu erhalten ist. Die Arbeit selbst geht in folgender Weise vor sich:

a. Die Gemüse werden, nachdem sie gut gereinigt und zugerichtet sind, in einer Messingpfanne wenige Minuten in Salzwasser gekocht, dann kalt abgeschwenkt und, wenn sie vollständig erkaltet sind, in die Einnmachgläser eingefüllt. Dabei muß das Glas von Zeit zu Zeit auf einem zusammengelegten Tuch aufgestoßen werden, damit die Füllung im Glase recht fest wird. Hierauf kocht man in einer Messingpfanne weiteres Salzwasser in der Stärke von leicht gezalzenen Fleischbrühe und gießt es nach vollständigem Erkalten an die in den Gläsern befindlichen Gemüse. Manche verwenden statt gekochtem ungekochtes Salzwasser, wodurch aber die Gemüse weniger haltbar werden. Damit die Gläser durch das Kochen nicht zerspringen, dürfen sie nicht bis zum Rande gefüllt werden, 1 cm großer Raum muß frei bleiben. Nachdem man nun die Gläser gut verschlossen hat, werden sie in den Eindünstapparat gestellt. — Beim Stein- und Kernobst wird zuerst der Zucker aufgelöst und zwar je 250–300 g in 1 l Wasser. Für Beeren nimmt man die Zuckerlösung schwächer, je nachdem man die Früchte süß haben will. Nachdem die Früchte in die Gläser eingefüllt sind,

wird die Zuckerlösung kalt darüber gegossen, worauf die Gläser zum Einstellen in den Eindunstapparat verschlossen werden.

Ein Kochen des Zuckers ist nur dann nötig, wenn auf 1 l Wasser mehr als 400 g Zucker verwendet werden. Aber auch bei schwacher Zuckerlösung soll zur Beförderung der Haltbarkeit der einzukochenden Früchte für die Zuckerlösung nur abgekochtes und wieder erkaltetes Wasser verwendet werden.

b. Der Eindunstapparat wird bis zur Hälfte mit kaltem Wasser gefüllt, auf den geschlossenen Herd gestellt und langsam erhitzt. In manchen Apparaten darf das Wasser über den Gläsern zusammengehen, was jeweils aus den Beschreibungen ersichtlich ist. Beim Kochen muß der Eindunstapparat stets überwacht werden, da Gemüse und Früchte ganz bestimmte Hitzegrade verlangen. Gemüse werden in 30 Minuten auf 90—100 Grad erhitzt und müssen 1½ Stunden in diesen Hitzegraden erhalten bleiben, d. h. der Thermometer muß in dem Eindunstapparate 1½ Stunden lang auf 90—100 Grad stehen. Steinobst verlangt 30 Minuten lang 80 Grad und Beeren 20 Minuten lang 60—70 Grad. Die angegebenen Grade sind genau einzuhalten, da sonst der feste Inhalt in den Gläsern steigt und die Flüssigkeit nach unten kommt. — Nachdem die Gemüse und Früchte die gehörige Zeit gekocht sind, wird der Eindunstapparat vom Feuer genommen, die Einfüllgläser bleiben aber im Apparate bis zum vollständigen Erkalten.

4. Bei der Verwendung als Speise werden die sterilisierten Gemüse verdampft und zubereitet wie im Sommer die frischen Gemüse. Nur bei Spargeln muß die Sauce von dem sterilisierten Spargelwasser gemacht werden, sonst geht der Spargelgeschmack verloren.

Zum Sterilisieren eignen sich die meisten Gemüse und Früchte. Zu ihrer Behandlung enthalten die den Sterilisierapparaten beigegebenen Beschreibungen besondere Anweisungen.

III. Marmeladen oder Fruchtmus.

1. Marmeladen müssen zum Breitlauf eingekocht und beim Kochen mit einem scharfen Kochlöffel beständig gerührt werden, da sie sonst leicht anbrennen. Das Rühren muß auch immer nach einer Seite hin geschehen.