Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Alkoholfreie Obst- und Fruchtsäfte

Ahrenfeldt, Martin

Oeflingen (Amt Säckingen), Baden, [1907]

Das Frischhalten der einzelnen Obst- und Fruchtsäfte.

urn:nbn:de:bsz:31-56599

Visual Library

Das Frischhalten der einzelnen Obst- und Fruchtsäfte.

1. Weintraubensaft.

Die Herstellung dieses köstlichen Saftes bietet im Haushalte einige Schwierigkeiten. Es ist nämlich sehr schwer, denselben recht klar zu bekommen. Außerdem wird es in den meisten Gegenden Deutschlands des immerhin doch hohen Preises der Weintrauben wegen von vornherein ausgeschlossen sein, an ihre Saftbereitung heranzugehen. Es gibt jetzt auch schon eine Reihe Keltereien, die unvergorenen, völlig alkoholfreien Traubensaft herstellen, sodaß man sich diesen für verhältnismäßig billigen Preis verschaffen kann. In denjenigen Gegenden jedoch, wo die Weintrauben angebaut werden, und daher außerordentlich billig sind, sollte man nicht die Mühe scheuen, ihren gehaltreichen Saft selber frischzuhalten. Ich habe in den letzten Jahren die Frischhaltung von selbst gepreßtem Weintraubensaft mit gutem Erfolge versucht. Zu diesem Zweck werden die Trauben erst tüchtig gewaschen und dann entstielt. Nun kommen sie in die Presse, bei der man die Metallschraube der **Alexanderwerk-Presse** zunächst fast ganz aufdreht. Nachdem man einen Teil der Beeren durchgepreßt hat, stellt man die Schraube etwas tiefer und fährt damit fort, bis man bei den Trestern (den Hülsen) schon zerquetschte Kerne wahrnimmt. Dieses ist ein Zeichen, daß die Schraube etwas zu fest steht und man dreht sie ein wenig auf, bis die Kerne wieder ganz herauskommen. Ein Zerdrücken derselben in großen Mengen muß man unter allen Umständen verhüten, weil sonst der Saft leicht bitter und auch so milchig wird, daß man ihn nicht mehr klar bekommt.

Sind alle Beeren durchgepreßt, so bringt man den etwas dicken Saft in Gläser zur ersten Sterilisation. Die Erhitzung hat auf 75 Grad bei einer Dauer von 25 Minuten zu erfolgen. Die fertig sterilisierten Gläser müssen nun 5—6 Wochen ruhig stehen, damit sich alle Zellstoffe zu Boden setzen können. Nachdem dieses geschehen ist, öffnet man die Gläser und gießt vorsichtig die obere klare Flüssigkeit ab.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Sollte diese nicht ganz klar sein, so filtriert man durch ein Papierfilter, bringt den Saft dann ohne jeden weiteren Zusatz in die Saftflaschen und sterilisiert denselben bei 75 Grad 20 Minuten lang. Den dickflüssigen Saft kann man besonders filtrieren und in andere Gläser gießen, ohne ihn mit dem abgegossenen klaren Saft zu vereinigen. Ganz klar und blank wird der Saft bei der Herstellung im Haushalte selten, auch nicht bei der Filtration mit Ton, wovon ich bei Weintrauben entschieden abrate. Dafür aber ist der Wohlgeschmack ein so köstlicher, daß man sich über den Erfolg sicher freuen wird.

Mancher wird auch gern einen roten Traubensaft haben wollen. Hier ist das Verfahren etwas schwieriger. Der Saft der roten Weintrauben ist bekanntlich nicht rot, sondern der rote Farbstoff befindet sich in den Hülsen der Beeren. Um diesen in den Saft gelangen zu lassen, was bei der alkoholischen Gärung von selbst geschieht, muß man die gewaschenen und abgestreiften Beeren zunächst in einem großen Messing- oder gut emaillierten Kessel auf ein gelindes Feuer bringen, sie im Kessel zerquetschen und etwa auf 70 Grad erhitzen, nicht aber höher. Dieser Temperatur setzt man die Beeren etwa 30 Minuten lang aus. In dieser Zeit wird der rote Farbstoff zum großen Teil in den Saft übergegangen sein. Nun läßt man das ganze in einem anderen Behälter (nicht etwa im Kessel) erkalten und treibt es durch die Presse, um nun so, wie vorhin beschrieben, zu verfahren.

Es sei ausdrücklich noch bemerkt, daß bei Weintraubensaft kein Zuckerzusatz verwendet wird. Die Weintraube enthält Traubenzucker in höherem Maße wie jede andere Frucht, so daß etwa zugefügter Zucker die Qualität des Saftes nur vermindern würde.

2. Apfelsaft.

Die häusliche Bereitung dieses Saftes ist noch schwieriger, wie diejenige der Weintrauben. Der große Zellstoffgehalt des Apfels erschwert die Klärung seines Saftes sehr. Ich habe mich daher nach vielfachen Versuchen zu einem Verfahren entschlossen, das allerdings von der bei allen anderen Früchten angewandten Herstellungsart ganz und gar abweicht. Deswegen ist es aber nicht etwa schlechter, sondern es hat nur den Nachteil, daß man den Apfelsaft nicht so konzentriert aufbewahren kann, wie es bei den anderen Säften der Fall ist. Der Grund hierfür liegt in der Verwendung von Wasser. Es sei gleich bemerkt, daß niemals frisches Wasser benutzt werden darf, sondern nur solches, das bereits einmal gekocht hat, worin die Kalksalze, die sehr leicht eine Trübung des Saftes verursachen, ausgeschieden sind.

Zur Verwendung sollte nur gutes Edelobst gelangen, niemals jedoch das sogenannte Fallobst. Je schöner der Apfel ist, um so aromatischer sein Saft. Nach dem Waschen wird das Kernhaus entfernt, und der Apfel, **ohne ihn zu schälen,** in kleine Scheiben geschnitten, die sofort in kaltes Wasser gelegt werden. Darauf füllt man mit den Apfel-

scheiben die früher erwähnten 2-Liter-Gläser bis etwas über die Hälfte, gießt das erkaltete, abgekochte Wasser darüber, verschließt dieselben und sterilisiert nun 80 Grad eine Stunde lang. Das lange Erhitzen hat den Zweck, möglichst alle Stoffe der Frucht zu entziehen. Nach erfolgter Sterilisation läßt man die Gläser in dem Wasser des Kessels **vollständig** erkalten und stellt sie alsdann für ca. 4 Wochen fort. Dann werden sie wieder geöffnet, der klare Saft wird durch ein Papierfilter gegossen, während man den Rest mit den Scheiben durch einen Leinenbeutel auspressen kann, um ihn besonders zu filtrieren. Dem so gewonnenen Saft setzt man auf je ein Liter 150 bis 200 Gramm geklärten Zucker zu, je nachdem die verwandten Aepfel mehr oder minder sauer waren. Nach tüchtigem Durchmischen füllt man den Saft in Weck'sche Flaschen und sterilisiert nun bei 70 Grad 20 Minuten lang. Die Flaschen können jetzt 10 Minuten nach der erfolgten Erhitzungszeit mit dem Frischhalter herausgenommen werden. Doch lasse man sie in diesem völlig erkalten, ehe man sie herausnimmt. Dieser Apfelsaft ist von vorzüglichem Geschmack, kann unverdünnt heiß oder kalt getrunken, oder auch noch bis zur Hälfte mit Wasser verdünnt werden.

3. Birnensaft.

Für diesen Saft gelten fast dieselben Vorschriften wie für den Apfelsaft, nur muß man bei der Birne noch auf bessere Sorten halten, wie beim Apfel. Mehlige Früchte eignen sich zur Saftbereitung garnicht, nur die säuerlichen, vollsaftigen Arten sind verwendungsfähig. Am besten sind die Bergamotten geeignet, da diese genügend Säure besitzen. Anderen, weniger sauren Sorten darf man bei der Sterilisation nur wenig Zucker zusetzen, etwa nur 100 Gramm auf 1 Liter Saft. Die erste Sterilisation hat bei 80 Grad 1 Stunde lang zu erfolgen, die zweite dagegen nur 20 Minuten bei 70 Grad. Die Herstellung eines guten Birnensaftes ist ein kleines Kunststück, das nur derjenige ausführen sollte, der in der Bereitung anderer Säfte völlig firm ist.

4. Erdbeersaft.

Recht frische Walderdbeeren, die wegen ihres herrlichen Aromas weit über den Gartenerdbeeren stehen, werden auf folgende Weise vorsichtig gewaschen. Man bringt auf ein Porzellansieb einen kleinen Teil dieser Früchte und übersprudelt sie leicht mittelst einer kleinen Brause, die durch einen Schlauch mit der Wasserleitung verbunden ist, oder man bedient sich auch einer kleinen Gießkanne. Etwas Saft geht allerdings beim Waschen verloren, aber ohne Reinigung können wir gerade bei dieser Frucht nicht auskommen, weil ihr eine Unmenge von Staub und Sandkörnchen anhaften. Nach dem Waschen schüttet man die Erdbeeren in eine große und breite irdene Schüssel und streut auf jede Lage Beeren etwa eine Handvoll gestoßenen Hutzucker. Bei den unteren Schichten wird etwas weniger Zucker verwandt. Man hüte

sich, diesen zu dick zu streuen. Er darf vielmehr nur ganz leicht auf die einzelnen Schichten hingestreut werden, sodaß man auf 1 Liter Beeren höchstens 125—150 Gramm Zucker verwendet. Ist das geschehen, so bringt man die ganze Schüssel über Nacht in einen sehr kühlen Raum, am besten in den Keller, um jede Gärung zu verhüten. Am anderen Morgen schüttet man den ganzen Inhalt der Schüssel in einen Leinenbeutel und läßt den Saft, gleichfalls im Keller, von selber ablaufen, ohne mechanisch nachzuhelfen. Die so gewonnene Flüssigkeit wird sofort in die Saftflaschen gefüllt (man benutzt hierzu wohl am besten die 250-Gramm-Flaschen) und nun bei 65 Grad 30 Minuten lang erhitzt. Dieser Saft ist vollständig klar und behält auf Jahre hinaus seine herrliche rote Farbe, was bekanntlich sonst bei Erdbeersaft höchst selten der Fall ist.

Der im Beutel befindliche Rest kann zu Marmelade verwendet werden. Man mischt zu diesem Zwecke den Ueberrest der Erdbeeren zu gleichen Teilen mit Stachelbeeren und Himbeeren, gibt zu 1 Pfund dieser Masse 200 Gramm Zucker hinzu, läßt sie ¾ Stunden in einem Kessel bei etwa 90 Grad sieden (nicht kochen) und schüttet sie dann in ein Gefäß zum Erkalten. Dann füllt man die Marmelade in Weck'sche Gläser und sterilisiert bei 70 Grad 25 Minuten lang.

Man kann aber auch den Erdbeerrest durch Drehen des Beutels pressen und den abfließenden Saft in einem besonderen Gefäß auffangen. Natürlich wird dieser Saft nicht klar sein. Deswegen muß er später, nachdem man ihn zunächst bei 70 Grad 30 Minuten lang sterilisiert hat, durch ein Papierfilter geklärt werden. Dann gießt man auch diesen Saft in Flaschen und sterilisiert ihn abermals bei 65 Grad 25 Minuten lang. Der zuerst abgelaufene Saft wird jedoch immer klarer sein, als der durch Nachhelfen gewonnene.

Ich benutze übrigens für Erdbeersaft neuerdings eine irdene Schüssel, die einen mit vielen kleinen Löchern versehenen Boden besitzt. Man erhält diese Art Schüsseln hier in jedem einschlägigen Geschäft. Diese Schüssel stelle ich auf einen Stuhl, dessen Sitz entfernt ist und darunter kommt dann ein anderes Gefäß aus Ton oder emailliertem Eisen zum Auffangen. Auf diese Weise läuft der Saft schon über Nacht von selber ab und man kann schon morgens mit dem Sterilisieren beginnen. Nachher schütte ich die Beeren in einen Leinenbeutel.

Gerade bei der Bereitung des Erdbeersaftes achte man peinlichst darauf, erstens die Hitzegrade nicht höher wie angegeben steigen zu lassen und zweitens sehe man sich jedes emaillierte Gefäß, das benutzt werden soll, vorher genau an, ob nicht etwa irgendwo die Emaille abgesprungen ist. Der kleinste Fehler in der Emaillierung bewirkt eine Veränderung in der Farbe.

Gartenerdbeeren behandelt man auf etwas andere Weise. Diese Früchte müssen besonders gut gewaschen werden, am besten jede einzeln. Dann legt man sie in die Weck'schen 2-Liter-Gläser und zwar bis zu ⅔ Höhe. Gefüllt werden die Gläser mit einer Zuckerlösung, die

ich durch Auflösen von je ½ Pfund Zucker in 1 Liter abgekochtem Wasser herstelle. Die Sterilisationszeit dauert 30 Minuten bei 70 Grad. Sobald man Zeit hat, frühestens jedoch nach 14 Tagen, öffnet man die Gläser, gießt den klaren Saft in die Saftflaschen und erhitzt diese auf 65 Grad 20 Minuten lang. Die zurückgebliebenen Erdbeeren verbraucht man am besten sofort, da von ihrem Aroma nur noch wenig vorhanden sein wird.

5. Himbeersaft.

Himbeeren müssen ebenso rasch übersprudelt werden wie Erdbeeren. Alsdann bringt man sie in einen Messing- oder gut emaillierten Kessel und gießt auf 10 Pfund Beeren 1 Liter vorher abgekochtes und wieder erkaltetes Wasser hinzu. Das Ganze wird tüchtig verrührt und auf ein ganz gelindes Feuer gesetzt. Unter beständigem Umrühren läßt man die Früchte zergehen, immer darauf achtend, daß das Gemisch nicht zu heiß wird. Es darf unter keinen Umständen eine höhere Temperatur wie 50 Grad annehmen. Das Frischhaltungsthermometer kann zum Messen leicht benutzt werden. Sehr bald wird ein sämiger Brei entstanden sein, den man in einen Leinenbeutel gießt. Die Leinwand darf aber nicht sehr alt und dünn, sondern muß noch recht fest und straff sein. Am besten hängt man den Beutel auf einen Holzstab auf, den man über die Lehne zweier Stühle gelegt hat. In einem untergestellten Gefäß fängt man den Saft auf, zu dem man auf je 1 Liter Saft 150 Gramm geklärten Zucker gibt. Der Zucker wird noch warm in den Saft hineingegossen. Jetzt füllt man die Saftflaschen und sterilisiert bei 70 Grad 25 Minuten lang.

Der im Beutel noch verbliebene Rest kann durch Drehen des ersteren noch mechanisch ausgepreßt werden. Allerdings wird der ablaufende Saft nicht so klar sein, weswegen er zunächst ohne Zuckerzusatz in den Gläsern von 2 Liter Inhalt bei 75 Grad 25 Minuten lang erhitzt wird. Die Gläser bleiben nun wieder 14 Tage stehen, werden dann entleert und der Saft durch Papierfilter geklärt. Nach Hinzufügen derselben Zuckermenge, die vorhin schon angegeben ist, sterilisiert man zum zweiten Male in Saftflaschen bei 70 Grad 20 Minuten lang. Das Aroma eines solchen Himbeersaftes ist genau so würzig wie das der frischen Frucht.

Wer es liebt, kann den, nach dem ersten Ablaufen noch saftreichen Rest im Beutel zur Marmelade verwenden und verfährt dann ebenso, wie bei den Erdbeeren angegeben wurde. Himbeeren lassen sich auch gut mit Johannisbeeren zur Marmelade verwenden.

6. Kirschsaft.

Man kann zwei Arten Kirschsaft herstellen, einen herben und einen süßeren. Zu ersterem verwendet man die sogenannte saure Weichselkirschen, zu letzterem die anderen Sorten außer den gelben rheinischen Kirschen, die für die Saftbereitung völlig ungeeignet sind.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Am meisten zu empfehlen ist der Saft von den schwarzen Weichselkirschen. Die sauber entstielten und gewaschenen Früchte kommen zunächst in die Alexanderwerkpresse. Die Arbeit des Pressens erfordert bei Kirschen einen Kraftaufwand und muß deshalb von muskulösen Personen ausgeführt werden. Man stellt zunächst die Messingstellschraube am Ende der Presse fast ganz zu. Sobald sich nun beim Durchdrehen der Früchte großer Widerstand entgegenstellt, öffnet man sie ein wenig, um etwas mehr Luft zu bekommen. Geht das Pressen dann wieder leichter, so zieht man die Schraube etwas fester an. Auf diese Weise geht das Pressen ziemlich rasch von statten. Natürlich wird hierbei der größte Teil der Kerne mit zermalmt. Das ist für diesen Saft durchaus nicht nachteilig. Es wird im Gegenteil ein angenehmer Geschmack nach Kirschkernen erzielt, der sonst nicht wahrzunehmen wäre. Aengstliche Gemüter werden nun gleich vor der Blausäure warnen, die in den Kirschkernen enthalten ist. Aber man braucht hier nicht so ängstlich zu sein, da beim einfachen Zerquetschen der Kerne nur kaum merkbare, bezw. nachweisbare Spuren dieses Giftes in den Saft gelangen. Jedenfalls ist der so gepreßte Saft von köstlichem Aroma und Geschmack, so daß er von jedem Kenner gelobt werden wird.

Nach der Pressung wird der Saft sofort in die großen Gläser bezw. in die großen Flaschen gefüllt und bei 75 Grad 25 Minuten lang sterilisiert. Vorher setzt man jedoch auf je 3 Liter Saft ½ Liter abgekochtes, kaltes Wasser hinzu. Nach 10—12 Tagen können die Gläser wieder geöffnet und der klare Saft abgegossen bezw. das Ganze durch Flanellfilter geklärt werden. Zu diesem Zweck breitet man in einem Glastrichter ein großes Stück recht dicken Flanells aus, das aber in keinem Fall über den Rand des Trichters herüberreichen darf. Sollten schon zu viel Zellstoffe im Filter liegen, und nur wenig oder gar kein Saft mehr ablaufen, so wäscht man den Flanell in kaltem Wasser tüchtig aus und benutzt ihn dann von neuem. Dem klaren Saft wird nun auf je 1 Liter 150 Gramm Zucker hinzugesetzt. Die Sterilisierungsdauer beträgt bei 70 Grad 20 Minuten.

Wer den Kerngeschmack im Kirschsaft nicht liebt, der läßt die Schraube bei der Presse ganz offen, damit die Kerne nicht so leicht zerquetscht werden können. Oder man kann den Saft auch in der Apotheke oder auf einer Kelter, wenn man, namentlich auf dem Lande, eine solche besitzt, pressen lassen. Der auf diese Weise gewonnene Saft wird allerdings nicht so herzhaft sein; die Kerne nehmen dem Saft den weichlichen Geschmack. Durch Mischung von sauren und süßen Kirschen erhält man einen sehr aromatischen Saft, der von vielen dem aus nur sauren Früchten hergestellten vorgezogen wird. Die Behandlung dieses Saftes ist dieselbe wie vorher angegeben.

7. Blaubeer- oder Heidelbeersaft.

Der Blaubeersaft wird am besten erst im Spätsommer bereitet, wenn die Beeren recht schön groß und reif sind. Man wäscht sie in

kaltem Wasser recht tüchtig, läßt sie gut abtropfen und bringt sie in die Alexanderwerk-Presse, deren Messingschraube nicht ganz festgestellt wird. Man achte darauf, daß die Trester nicht zu trocken und die kleinen Kerne nicht zerdrückt werden. Die ausgepreßten Fruchtreste kann man noch sehr gut zu Suppen verwenden. Dem etwas dickflüssigen Saft wird auf je 4 Liter ½ Liter abgekochtes Wasser hinzugesetzt. Die Sterilisation erfolgt nun wie üblich in den Weck'schen Gläsern 25 Minuten lang bei 75 Grad. Nach acht Tagen schon kann man dieselben öffnen, den klaren Saft durch Flanell durchgießen und die im unteren Teile befindliche dicke Masse durch Fließpapier filtrieren. Hierbei kann alles zusammengegossen werden, da ein völlig klarer, schön bordeauxrot aussehender Saft entsteht, der in der Farbe dem Rotwein gleicht. Als Zuckerzusatz werden 120 Gramm geklärter Zucker auf je 1 Liter Saft verwendet. Auf Flaschen gefüllt wird er nun nochmals 20 Minuten bei 70 Grad sterilisiert.

8. Pflaumensaft.

Die im Herbste erst völlig reifen dunkelblauen Pflaumen eignen sich am besten zur Herstellung dieses für die Verdauung so heilsam wirkenden Saftes. Zwar ist mit der Bereitung dieses Saftes viel Arbeit verbunden, doch ist seine Anfertigung aus dem im zweiten Abschnitte dieses Buches erwähnten Gründen von lohnendstem Wert. Die sauber gewaschenen, völlig reifen Früchte werden zunächst entsteint. Dann kommen sie in die **Alexanderwerk-Presse** und werden durchgepreßt. Die Stellschraube wird zuerst ganz fest gestellt und dann etwas gelockert, so daß die Trester nicht allzutrocken herauskommen. Auf drei Liter des ausgepreßten Saftes rechnet man ½ Liter kaltes abgekochtes Wasser, das man aber zunächst mit den Trestern vermischt. Dieses Gemisch wird aufs Feuer gesetzt, wo es etwa ½ Stunde ziehen, **nicht** kochen, muß. Dann gießt man es durch ein Mulltuch und setzt das so erhaltene, schön blau gefärbte Wasser dem ausgepreßten Pflaumensaft zu, und sterilisiert in Gläsern oder Flaschen bei 75 Grad 30 Minuten lang. Nach schon 3 Wochen ist der Saft abgeklärt. Nun können die Gläser geöffnet und der Saft durch Mull- oder Papierfilter gegossen werden. Man wird einen schönen bläulichroten klaren Saft erhalten, dem man auf je 1 Liter 200 Gramm Zucker zusetzt. Nach tüchtigem Vermischen mit dem geklärten Zucker bringt man den Pflaumensaft in die Saftflaschen und sterilisiert bei 70 Grad 30 Minuten. Dieser Saft ist von köstlichem Geschmack und eignet sich vorzüglich als regelmäßige Kur gegen Verdauungsbeschwerden und Stuhlverstopfung.

9. Brombeersaft.

Nur schwarze Brombeeren dürfen zu Saft gepreßt, alle noch roten Früchte müssen sorgfältig ausgelesen werden, da sie Geschmack und Nährwert des Saftes sehr beeinträchtigen. Sauber gewaschen werden die Beeren durch die Alexanderwerk-Presse gedreht, indem

man die Stellschraube zunächst sehr wenig einschraubt. Allmählig stellt man sie fester, bis man annimmt, daß die Trester so trocken wie möglich herauskommen, ohne daß die Kerne zerdrückt sind. Zerquetschte Kerne dürfen unter keinen Umständen zu finden sein. Dem ausgepreßten Saft setzt man jedoch kein Wasser zu, sondern sterilisiert ihn sofort in Gläsern bei 80 Grad 20 Minuten lang. Nach etwa 14 Tagen wird er durch Fließpapier filtriert und auf je 1 Liter Brombeersaft 150 Gramm geklärter Zucker hinzugefügt. Die Saftflaschen erhitzt man dann wiederum 20 Minuten lang bei 70 Grad. Brombeersaft ist infolge seines eigenartigen, würzigen Aromas ein vorzüglicher Fruchtsaft, der sich gut zu alkoholfreien Limonaden verwenden läßt.

10. Stachelbeersaft.

Der Stachelbeersaft ist bisher noch sehr wenig bekannt, und doch gibt diese Frucht einen ganz vorzüglich schmeckenden Saft, der ganz besonders kühlend und durstlöschend wirkt. Am meisten eignen sich zur Saftbereitung die großen ganz dunkelroten Früchte, die in der Sonne vollständig gereift sind. Der Saft dieser Beeren wird eine herrliche mittelrote Farbe erhalten, wenn man genau nach Vorschrift verfährt. Es ist nicht nötig die Beeren von den Stielen und Fruchtblättchen zu befreien, beides kann ruhig mit gepreßt werden. Dafür wasche man um so gründlicher unter wiederholter Erneuerung des Wassers und achte gerade hier peinlich darauf, daß keine fauligen oder überreifen Früchte in die Presse gelangen. Das Pressen hat so zu erfolgen, daß die Kerne der Stachelbeere möglichst wenig zerdrückt werden. Man drehe die Messingstellschraube der Alexanderwerk-Presse nur etwa ¾ zu. Der ausgepreßte Saft wird ohne Wasserzusatz bei 70 Grad 20 Minuten sterilisiert. Die ausgepreßten Trester setzt man unter Hinzufügen von ½ Liter abgekochtem heißem Wasser auf je 2 Pfund derselben auf ein kleines Feuer und läßt das Ganze etwa ½ Stunde lang unter tüchtigem Rühren sieden **nicht** kochen, d. h. die Temperatur muß ½ Stunde lang auf etwa 90 Grad erhalten werden. Hierauf läßt man das Gemisch abkühlen, gießt es durch einen Leinenbeutel und sterilisiert den gewonnene Saft, der nun schön dunkelrot aussehen wird, bei 70 Grad 20 Minuten lang. Der auf diese Weise gewonnene Saft dient nachher nur als Wasserzusatz zu dem zuerst sterilisierten und soll zur Verbesserung der Farbe beitragen. Nach etwa 3 Wochen öffnet man alle Gläser, filtriert den Saft erst über Flanell und dann durch Fließpapier, nachdem man vorher beide Sorten Saft zusammengegossen und auf je 1 Liter dieser Mischung 175 Gramm Zucker hinzugefügt hat. Ganz klar wird dieser Saft nicht werden. Wer dieses durchaus wünscht, muß sich des Tons bedienen und zwar auf die im vorigen Abschnitt angegebene Art. Man kann auch, wenn man Ton zur Klärung anwenden will, die Stachelbeeren schon von Anfang an fester auspressen, sodaß die Trester fast ganz trocken aus der Presse kommen, je 3 Liter des gewonnenen Saftes gleich mit ½ Liter abge-

kochtem kaltem Wasser verdünnen und so sterilisieren, Temperatur und Zeit wie vorher. Nach drei Wochen werden die Gläser geöffnet und nun der Inhalt zuerst durch Flanell gegossen dann mit Ton vermischt und über Fließpapier filtriert. Der Zuckerzusatz ist derselbe wie vorher. In dem einen wie dem anderen Falle erhitzt man zum Schluß die gefüllten Flaschen bei 70 Grad 25 Minuten lang. Bei der zweiten Art des Auspressens erhält der Saft schon von selber eine schöne rote Färbung. Ich ziehe aber die erste Art vor, wenn sie auch etwas umständlicher ist, da der Geschmack des Saftes weit besser ist, wenn die Kerne der Beeren nicht zerquetscht werden.

11. Preiselbeersaft.

Auch zur Bereitung des Preiselbeersaftes sind durchaus nur reife, ganz rote Beeren zu gebrauchen. Das Verlesen derselben ist eine Hauptsache, alle weißen Beeren müssen entfernt werden. Nachdem sie gut gewaschen sind, setzt man sie in einem Messing- oder emaillierten Kessel auf ein gelindes Feuer und läßt sie hier, ohne jeden weiteren Zusatz tüchtig zermusen. Durch beständiges Rühren verhindert man das Anbrennen der Früchte. Die Temperatur kann bis ans Kochen etwa bis 90 Grad heranreichen, doch vermeide man auf alle Fälle das Kochen selbst. Es darf sich also bei dieser Erhitzung kein Schaum zeigen. Sobald ein sämiger Brei entstanden ist, gießt man die Masse in einen festen Leinenbeutel und läßt den Saft ruhig ablaufen. Sobald nichts mehr von selber abtropft, setze man auf je 1 Liter Saft 150 Gramm geklärten Zucker hinzu und sterilisiere gleich in Saftflaschen 20 Minuten lang bei 70 Grad. Es ist nicht zu empfehlen, die im Beutel übrig gebliebenen Reste mechanisch auszupressen, sondern man verwertet diese lieber entweder, wie sie sind, zu Marmeladen oder durch Zusatz von frischen Beeren (je Pfund auf Pfund) zur Frischhaltung von ganz vorzüglich schmeckendem Preiselbeerkompott. Vorteilhaft ist es bei der zweiten Art der Restverwendung noch einige geschälte gute Birnen und einige Pomeranzenschalen, welche vorher gut gewässert werden, hinzuzusetzen. Der Zuckerzusatz beträgt auf je ein Pfund Kompott 175 Gramm Zucker. Erhitzungsdauer 20 Minuten bei 70 Grad.

12. Johannisbeersaft.

Dieser Saft, der als Grundlage zu den verschiedensten Bowlen und Punschen, die im nächsten Abschnitt angegeben werden, verwandt werden kann, braucht zu seiner Herstellung die wenigste Zeit. Es ist ratsam, sowohl von roten, wie von weißen Johannisbeeren Saft zu pressen; der weiße Saft ist besonders zu Bowlen sehr zu empfehlen. Am liebsten verwende ich große Trauben, da die kleinen viel weniger Saft ergeben. Vollständige Reife der Beeren ist natürlich Vorbedingung. Die verlesenen Beeren werden gewaschen, ohne sie von den Stielen zu befreien. Es schadet dem Saft gar nichts, wenn die Stiele mit durchge-

preßt werden. Man stellt nun die Metallschraube bei der Alexanderwerk-Presse fest zu, sodaß die Trestern vollständig trocken herauskommen. Erst wenn das Drehen der Kurbel zu große Kraftanstrengung erfordert, öffnet man die Stellschraube ein wenig. Sobald aber die Trester in flüssigem Zustande herauskommen, schließt man die Schraube sofort wieder. Ein Zerdrücken der Kerne ist bei den Johannisbeeren weniger zu befürchten, weil die Stiele das beim Durchpressen verhindern. Sollten trotzdem einige Kerne gequetscht werden, so hat auch das für diesen Saft weniger zu bedeuten. Der ausgepreßten Masse setzt man auf je 4 Liter 1 Liter abgekochtes Wasser kalt hinzu und sterilisiert dann bei 70 Grad 25 Minuten lang. Schon nach wenigen Tagen können die Gläser geöffnet werden und nun filtriert man das Ganze durch ein Mullfilter. Man legt zu diesem Zwecke in einen Glastrichter zwei Stücke neuen Mull übereinander, also doppelt, und gießt den Johannisbeersaft langsam durch. Diese Art des Filtrierens geht sehr schnell, ist aber nur bei diesen Früchten anzuwenden. Der Saft läuft vollständig klar ab, sowohl der weiße, wie der rote, und man wird von der wunderbaren Farbe geradezu überrascht sein. Nun werden auf je 1 Liter Saft 200 Gramm Zucker, der gut geklärt sein muß, hinzugesetzt und tüchtig verrührt. In die Weck'schen Saftflaschen verfüllt (ich benutze zum Johannisbeersaft zum Teil auch ganze Literflaschen) wird der Saft bei 70 Grad 20 Minuten lang sterilisiert.

Einen kleinen Teil des weißen Saftes kann man auch ungezuckert lassen und ihn dann sehr vorteilhaft zum Säuern von Speisen und Saucen anstatt Zitrone benutzen. Essig sollte überhaupt keine Verwendung im Haushalte mehr finden, da derselbe ein Kunstprodukt ist und unserem Magen sehr oft den größten Schaden zufügt. Der ungezuckerte Johannisbeersaft ersetzt den Essig vollständig und ist aus keiner Speise als Johannisbeersaft herauszuschmecken.

13. Ananassaft.

Der Ananassaft wird lediglich zur Herstellung von Bowlen verwendet. Möglichst frische Früchte, die vor allen Dingen keine welke oder gar vertrocknete Schale haben dürfen, werden zunächst sauber in lauem, nicht etwa heißem Wasser gewaschen und mit einem sauberen Handtuch abgetrocknet. Nun schält man die rote Schale ab und legt sie in ein sauberes Porzellangefäß. Alles was sich sonst von der Frucht zur Frischhaltung in Scheiben nicht eignet, schneidet man fort und legt es zur Schale zu. Diese sogenannten Abfälle werden samt der Schale in einen gut emaillierten Kessel geschüttet, in welchem man für den Abfall je einer mittelgroßen Ananas ½ Liter geklärte Zuckerlösung gegossen hat. (Die Zuckerlösung wird bereitet, indem man ½ Pfund Zucker in ¼ Pfund Wasser gut abklärt.) Das Ganze läßt man nun etwa 20 Minuten lang kochen, gießt es durch ein doppeltes Mullfilter und sterilisiert in 250-Gramm-Flaschen bei 70 Grad 20 Minuten lang. Dieser Saft ist von vorzüglich aromatischem Geschmack und zum Würzen von Getränken und Fruchtsaucen ganz ausgezeichnet.

Die guten Scheiben der Ananas werden in kleinen Weck'schen Gläsern, wie beistehend abgebildet, über einander geschichtet, mit einer

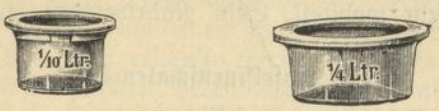

Abbildung 10

Zuckerlösung von 100 Gramm Zucker auf ½ Liter Wasser übergossen und dann im Frischhalter bei 70 Grad 30 Minuten lang sterilisiert. Diese Ananasscheiben dienen gleichfalls zur Bowlebereitung.

14. Holunderbeersaft.

Die reifen, schön dunkelroten Holunderbeerdolden werden am besten mit einer Scheere von den größeren Stielen abgeschnitten, während die kleinern ruhig daran bleiben können. Nachdem die Frucht in sehr kaltem Wasser recht schnell gewaschen ist — am besten wird sie auf ein Sieb gelegt und mit Wasser zweimal übersprudelt — kommt sie in die Alexanderwerk-Presse, deren Stellschraube fast zugedreht ist, sodaß die Trester ziemlich trocken herauskommen. Dem ausgepreßten Saft setzt man auf je 1 Liter ¼ Liter erkaltetes abgekochtes Wasser hinzu und sterilisiert in Gläsern bei 75 Grad 30 Minuten lang. Nach etwa 14 Tagen können die Gläser wieder geöffnet werden, um den Inhalt durch einen Flanellfilter zu klären. Nun setzt man zu jedem Liter 75 Gramm Zucker zu und sterilisiert den schönen bläulich roten Saft bei 70 Grad 25 Minuten lang.

Verwendet wird der Saft zur Erzeugung von Schweiß bei Erkältungskrankheiten, namentlich bei Influenza. Man erhitzt zu diesem Zweck den Saft, ohne ihn zu kochen, gießt ¼ Liter kochendes Wasser hinzu, in welchem man vorher einige Teelöffel voll Honig aufgelöst hat, und läßt den Kranken am besten während er im Bett liegt 1—2 Gläser davon trinken. Der Erfolg ist großartig.

15. Apfelsinensaft.

Die Herstellung dieses Saftes ist sehr empfehlenswert, da er ein ganz besonders erfrischendes Getränk für Gesunde und Kranke darstellt. Schöne feste Apfelsinen werden von der Schale befreit, indem man darauf Acht gibt, daß alles Weiße von der Frucht entfernt wird. Nun schneidet man jede einzelne Frucht in der Mitte quer durch und entfernt die Kerne, die unter keinen Umständen darin verbleiben dürfen. Alsdann kommen die Früchte in die Alexanderwerk-Presse. Die Stellschraube darf nicht zu fest angezogen werden, so daß die Trester nicht zu trocken herauskommen. Der Saft wird sofort zuerst durch doppelte Mullfilter gegossen, was sehr schnell geht, und dann über gutes Fließpapier filtriert, alles in kalten Räumen, am besten im Februar und März. Dem schönen klaren Saft fügt man zu jedem Liter 75—100 Gramm geklärten Zucker hinzu, je nach dem Säuregehalt

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

der Früchte, und sterilisiert in Flaschen bei 75 Grad 25 Minuten lang. Da Apfelsinen sehr billig und auch sehr saftreich sind, ist die Bereitung dieses Saftes sehr wohlfeil. Sein Nährwert ist ein außerordentlich hoher.

16. Apfelsinenschalen-Saft.

Die gelben Schalen der Apfelsine werden mit einem scharfen Messer so fein entfernt, daß das weiße Fleisch nicht mitkommt. Dann schneidet man sie in **möglichst feine** Stückchen, legt sie in ein Gefäß, das vorher gut erwärmt wurde. Inzwischen hat man eine Zuckerlösung von 500 Gramm Zucker auf ½ Liter Wasser hergestellt. Dieselbe läßt man einige Minuten kochen, klärt sie, gießt sie dann über die zerkleinerten Apfelsinenschalen und läßt alles bis zum andern Tage zugedeckt stehen, wo man die Mischung durch ein doppeltes Mullfilter gießt und sofort bei 70 Grad 25 Minuten sterilisiert. Man rechne auf 2 Pfund Schalen 1 Pfund Zucker. Der erhaltene Saft ist von vorzüglichem Aroma, gibt mit Wasser vermischt eine wohlschmeckende Limonade und kann als Zusatz zu Punsch und Bowlen verwendet werden.

17. Waldmeister-Saft.

Eine Zuckerlösung wie bei dem vorhergehenden Saft angegeben gießt man kochend über ein Gefäß mit frischem Waldmeister und stellt es zugedeckt fort. Man gieße soviel Zuckerlösung über die Kräuter bis sie von jener gut überdeckt sind. Am nächsten Tage filtriert man über doppeltem Mull und sterilisiert bei 70 Grad 25 Minuten. Dieser aromatische Saft wird in kleine Flaschen von 250 Gramm Inhalt gefüllt. Er gibt erfrischende Limonaden und Bowlen.

18. Rosen-Saft.

Die Blätter von frisch gepflückten stark duftenden roten Rosen übergießt man mit der in Nr. 16 beschriebenen kochenden Zuckerlösung. Je mehr Rosen man hat, desto besser ist es. Gut zugedeckt an einen kühlen Ort fortgestellt, wird die Lösung am nächsten Tage durch ein Mullfilter gegossen. Inzwischen hat man eine neue Menge frischer Rosenblätter in ein Gefäß gelegt, erhitzt dann die filtrierte Lösung (läßt sie aber nicht kochen) bis auf 90 Grad und gießt sie über die zweite Portion Rosenblätter. Am nächsten Tage wieder über Mull filtrieren und dann bei 70 Grad 25 Minuten sterilisieren. Man benutzt diesen Saft zu Limonaden und Gebäcken.

19. Zitronensaft.

Zum Schlusse will ich in diesem Abschnitt auch noch über die Herstellung des Zitronensaftes meine erprobten Anweisungen geben. Ich bemerke aber gleich, daß ich, so lange es irgend geht, d. h. so lange die Zitronen noch nicht welk und vor allen Dingen auch noch nicht zu teuer werden, nur frische Früchte im Haushalt verwende. Erst wenn aus

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

den angeführten Gründen keine Zitronen mehr zu haben sind, bediene ich mich ihres Saftes. Die Herstellung desselben ist sehr einfach, da weder Wasser noch Zuckerzusatz verwendet zu werden braucht. Die Zitronen werden geschält, von allem weißen Fleisch befreit und halbiert. Dann entfernt man erst alle Kerne, bevor die Früchte in die Alexanderwerk-Presse kommen, deren Stellschraube nicht allzufest angezogen werden darf. Das Schälen der Früchte hat den Zweck, nichts von der bitteren Schale in den Saft kommen zu lassen. Diese ist infolge des Gehaltes an Zitronenöl nicht jedermann bekömmlich.

Der gewonnene Saft wird nun zunächst durch Leinenbeutel filtriert. Dann schüttet man in eine Literflasche Saft 50 Gr. des im vorigen Abschnitt erwähnten präparierten Tons, schüttelt etwa 10 Minuten lang tüchtig um und filtriert nun den Saft durch Fließpapier. So entsteht ein völlig klarer Saft. Bevor man von neuem Saft in das Filter gießt, schüttelt man die Flasche erst tüchtig um, damit jedesmal etwas Ton in den Trichter hineingelangt. Das Filtrieren kann durch große Glastrichter über Nacht geschehen. Am andern Morgen wird der schöne klare Saft in 250-Gramm-Flaschen bei 80 Grad 30 Minuten lang sterilisiert. Feim Gebrauch hält sich die angebrochene Flasche an einem kühlen Ort im Sommer etwa 3 Tage, im Winter dagegen bedeutend länger. Wer mit weniger klarem Saft zufrieden ist, der kann ohne Benutzung von Ton filtrieren.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg