

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Einfach und gut

Trunk-Kälble, Lina

Karlsruhe, 1947

12. Teil: Fruchtsäfte

[urn:nbn:de:bsz:31-305205](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-305205)

Deutscher Tee fermentiert.

Zu Tee können die Blätter von Brombeeren, Himbeeren und Erdbeeren gesammelt werden. Man kann auch etwas schwarze Johannisbeer- oder Heidelbeerblätter mitverwenden. Beim Pflücken der Blätter achte man darauf, daß sie nicht vom Mehltau befallen sind. Die frisch gepflückten Blätter werden im Schatten getrocknet. Der Tee muß vollständig trocken sein und muß fest in eine Blechdose eingedrückt werden, damit sich eine Gärung entwickelt. In der gut verschlossenen Dose bleibt der Tee mindestens 8 Wochen stehen. Während dieser Zeit darf die Dose nicht geöffnet werden. Der deutsche Tee wird wie echter Tee zubereitet. Nach Belieben kann man getrocknete Apfelschalen, Lindenblüten, Pfefferminz oder Melisse darunter verwenden, aber erst beim Gebrauch zugeben.

12. Teil: Fruchtsäfte

Süßmost ist Obst in flüssiger Form.

Unter flüssigem Obst versteht man unvergorenen Fruchtsaft ohne jeden Zusatz von Chemikalien. Der Zusatz jeder künstlichen Säure zum Zwecke der Haltbarmachung ist zu verwerfen. Die Obstsäure dient dem Aufbau des Körpers, die künstliche Säure aber dem Abbau.

Dampfensaften im Haushalt.

Ein einfaches Verfahren zur Saftgewinnung ist das Dampfensaften. Hierzu sind keine besonderen Geräte nötig. Man verwendet einen handbreit mit Wasser gefüllten Sterilisiertopf oder gut gereinigten anderen Topf. Auf einen Drahtuntersatz, Bügelrost oder umgestülpten, tiefen Teller gibt man eine etwas engere Schüssel zum Aufnehmen des Saftes. Etwa 5—6 Pfd. Früchte werden gewaschen und zum Abtropfen auf ein Sieb gegeben. Johannisbeeren werden nur entstielt, wenn man den Rückstand noch zu Marmelade verwenden will, ebenso Erdbeeren und Himbeeren. Ein 80 cm großes Seihtuch, am besten Nesselgewebe, wird durch heißes Wasser gezogen und in eine weite Schüssel ausgebreitet. Dann gibt man die Früchte nebst Zucker lagenweise auf das Tuch. Man rechnet etwa 50 g Zucker auf 1 Pfd. Früchte. Die unterste und oberste Lage muß Obst sein. Äpfel und Birnen brauchen keinen Zuckerzusatz. Diese werden ungeschält zerkleinert. Über das Obst legt man einen Bogen Pergamentpapier zum Auffangen des Kondenswassers. Nun legt man den Deckel auf und bindet die Zipfel des Tuches über dem Deckel zusammen. Benützt

man einen Sterilisiertopf, so muß die Öffnung für das Thermometer mit einem Korken ausgefüllt werden. Dann gibt man den Deckel mit den Früchten auf den Topf und läßt das Wasser zum Kochen kommen. Durch den Dampf werden die Früchte zum Platzen gebracht. Sollte das Wasser zu sehr einkochen, so muß man nochmals etwas heißes Wasser zugießen. Man hebt den Deckel vorsichtig ab in eine weite Schüssel und schöpft auch gleichzeitig den Saft in eine Schüssel ab, damit er nicht zu lange der Hitze ausgesetzt ist, da er noch in den Flaschen, die man inzwischen gereinigt hat, nachsterilisiert wird. Man läßt die Früchte vom Kochen des Wassers an 1—1½ Std. kochen. Bei Rhabarber und solchen Früchten, bei welchen der Rückstand nicht zu Marmelade verwendet wird, rechnet man etwa 1½ Std. Kochzeit. Man kann bei den Beerenfrüchten den Rückstand auch noch mit etwas Wasser aufkochen, durch ein Tuch pressen und rote Grütze daraus bereiten. Ist das Dampfensaften beendet, so wird der Saft in kleine Flaschen gefüllt (Flaschen nicht zu voll machen, damit sie nicht springen) und im Wasserbad auf 85° erhitzt. Unterdessen müssen die Korken abgebrüht werden. Man kann auch Flaschen mit Patentverschluß verwenden, doch dürfen diese erst nach dem Sterilisieren verschlossen werden. Nun werden die Flaschen vorsichtig nacheinander herausgenommen und sofort geschlossen. (Türen und Fenster schließen.) Beim Offenverfahren müssen die Flaschen sofort umgekehrt in einen Korb gestellt werden, damit der Flaschenhals durch den heißen Saft keimfrei gemacht wird. Nach dem Erkalten werden die porösen Korken noch mit Wasserglas oder Wachs luftdicht gemacht. Man taucht den Flaschenkopf in das flüssige Wachs oder in unverdünntes Wasserglas. Die Flaschen werden liegend aufbewahrt.

Dampfensaften ohne Zucker.

Die Früchte werden auf die gleiche Weise vorbereitet, nur wird die Säure durch Wasser gemildert, und zwar rechnet man auf 5—6 Pfd. Früchte $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ Liter Wasser. Zunächst wird das gewaschene Obst ohne Zucker im Dampf $\frac{1}{2}$ Std. entsaftet. Alsdann gibt man die Früchte in eine weite Schüssel, zerdrückt sie mit einem silbernen Löffel, gibt das Wasser zu und schüttet das Ganze wieder in den Beutel zurück. Nun wird das Entsaften nochmals ungefähr 1 Std. fortgesetzt.

Alsdann wird der Saft in Flaschen gefüllt und sterilisiert. Man kann die Flaschen auch vor dem Kochen schließen, doch müssen die Korken mit Apothekerknoten festgehalten werden, damit sie beim Kochen nicht herausgetrieben werden. Beim Verschlossenverfahren dürfen sich die Flaschen im Wasserbad nicht berühren. Sobald das Thermometer 85° erreicht hat, werden die Flaschen herausgenommen. Beim Geschlossenverfahren brauchen die Flaschen nicht umgestürzt werden. Man kann auch verschiedene Früchte mischen und sie lagen-

weise in das Tuch geben. Rhabarber läßt sich mit fast allen Früchten verwenden.

Bei Apfel, Birnen und Trauben darf kein Wasser zugesetzt werden, nur bei säurehaltigen Früchten, wie Johannisbeeren, Brombeeren, Holunder, Rhabarber. Hauptsache ist Pünktlichkeit, Reinlichkeit und rasches Arbeiten.

Johannisbeersaft.

25 Pfd. Beeren werden durch den Wolf gedreht. Auf jeden Liter Mark ist 1 Liter Wasser zuzufügen und durch ein Tuch auszupressen. Auf 1 Liter Mischung werden etwa 60 g Zucker in eine Schüssel gegeben und der Saft durch ein Tuch einlaufen lassen. (Man befestigt das Tuch hierfür am besten an einem umgestürzten Küchenhocker.) Man rührt den Saft gut durch und füllt ihn in Flaschen, wenn der Zucker vollständig aufgelöst ist. Die Flaschen werden im Wasserbad auf 85° erhitzt, die abgebrühten Korken aufgesetzt, mit Wasserglas abgeschlossen und liegend im Keller aufbewahrt. Hat man Gummikappen statt der Korken, so müssen die Flaschen ganz bis oben gefüllt sein. Die Flaschen mit Gummikappen werden stehend aufbewahrt. Dieses Verfahren kann auch ohne Zucker angewendet werden.

Fruchtmilchgetränke.

Die erste Vorbedingung für diese Getränke ist, daß sie bei der Herstellung recht kalt gemischt und tüchtig geschlagen werden, damit die leicht eintretende Flockung verhindert wird. Diese Milchmischgetränke werden auch gerne von denen genommen, die sonst Milch nicht vertragen oder nicht gerne trinken.

In $\frac{1}{4}$ Liter sehr kalte Milch wird $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ Liter Saft solange geschlagen, bis beide Flüssigkeiten ganz vermischt sind.

Erdbeer- oder Johannisbeermilch.

Man quirlt die Bestandteile miteinander, bis das Getränk schaumig gebunden ist. — Reife, gewaschene Erdbeeren zupft man ab, zerkleinert sie, gibt etwas Zucker daran und mengt die kalte Milch darunter. Johannisbeeren werden gewaschen, entstielt und etwas zerdrückt.

13. Teil:

Verschiedenes

Kräuterkäse.

Man knetet Rahmkäse durch und vermischt ihn mit etwas pulverisiertem Thymian und nach Belieben Rosmarin. Verwendet man frische Gewürze, so werden diese zuerst etwas getrocknet und der Käse