

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Einfach und gut

Trunk-Kälble, Lina

Karlsruhe, 1947

Hagebuttenmarmelade

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

Einfaches Kaffee- oder Teegebäck.

50 g Butter werden mit 50 g Zucker schaumig gerührt, 1 Ei oder 1 Eßlöffel angerührtes Mehl nebst $\frac{1}{5}$ Liter Milch zugegeben und zuletzt $\frac{1}{2}$ Pfd. gesiebtes Mehl und $\frac{1}{2}$ Päckchen Backpulver daruntergemengt. Von dieser Masse setzt man mit einem Eßlöffel runde Plätzchen auf das gut bestrichene, mit Mehl bestäubte Blech und bäckt sie in mittelheißem Ofen etwa 20 Min.

11. Teil: Eingemachtes

Die Hagebutte, eine sehr wertvolle Frucht.

Leider wissen die wenigsten Menschen, daß die roten Scheinfrüchte der wilden Heckenrose, die Hagebutten, ungemein viel Vitamine enthalten und deshalb für uns von unschätzbarem Wert sind. Vitamin A und C treten oftmals in der Natur gleichzeitig auf. Die Hagebutte ist neben der schwarzen Johannisbeere und Sanddornbeere der weitaus stärkste C-Vitaminträger, sie übertrifft darin sogar noch die schwarze Johannisbeere um ein Mehrfaches. Die Hagebuttenmarmelade liefert einen Brotaufstrich, von dem zwei gestrichene Brote den Vitamin-C-Bedarf eines ganzen Tages decken. Man kann auch die Marmelade mit Wasser anrühren, um ein nahrhaftes, gutes Getränk daraus zu bereiten. Nur durch Rückkehr zu den natürlichen Kraftquellen im Pflanzenreich bekommt der Mensch wieder eine vollwertige, vitaminreiche Nahrung, die seine inneren lebenswichtigen Funktionen aufrecht erhält und die zu einem Leben im Einklang mit den Naturgesetzen nötig ist.

Ganze Hagebutten zum Garnieren von Torten oder Cremes.

Die Hagebutten müssen rot, aber noch hart sein. Sie werden halbiert und die Kerne entfernt. Auf $\frac{1}{2}$ Pfd. Hagebutten rechnet man $\frac{3}{4}$ Pfd. Zucker. Dieser wird mit wenig Wasser geläutert, abgekühlt, die Hagebutten zugegeben und vorsichtig weich gekocht. Alsdann füllt man sie in Gläser und bindet diese zu. Mit diesen Früchten lassen sich Torten und Cremes sehr schön garnieren.

Hagebuttenmarmelade.

Die Früchte werden halbiert, entkernt und durch die Rohkostmaschine getrieben. Auf 1 Pfd. Hagebutten wird 1 Pfd. Zucker mit 60 g Wasser zum Kochen gebracht, der Fruchtbrei hineingerührt und noch 5 Min. kochend erhalten, dann in Gläser oder Steinguttöpfe

gefüllt und mit Pergamentpapier oder Zellophan zugebunden und kühl aufbewahrt.

Hagebuttenmarmelade, 2. Art.

Die entkernten Hagebuttenschalen werden genügend eingeweicht und dann durch eine Fruchtpresse gedreht. Den erhaltenen Brei rührt man zu gleichen Teilen mit Zucker eine Stunde lang. Die Abfüllung geschieht ohne Kochen in ein Steingutgefäß mit einer Zellophanhaube. Die Marmelade wird kühl und dunkel gelagert. Sie hält sich bis zum Frühjahr. Leichte Gärung schadet nicht. Will man weniger Zucker nehmen, so muß man 10 Min. kochen, aber nicht länger. Die Früchte sind am besten, wenn sie reif, aber noch hart sind; sobald sie überreif werden, vermindert sich der Vitamingehalt. Frost vernichtet ihn völlig. (Von Prof. Kötschau, der allgemeinen Nachahmung empfohlen.)

Hagebuttenmarmelade. 3. Art.

Die Hagebutten werden, wenn sie rot aber noch hart sind, gepflückt, aufgeschnitten und die Kerne entfernt. Auf 4 Pfd. Früchte gibt man 1 Liter Wasser, stellt sie in den Keller, deckt sie zu und läßt sie etwa 14 Tage stehen, bis die Früchte gleichmäßig weich sind. Die Hagebutten müssen jeden Tag mit einem silbernen Löffel oder Kochlöffel umgerührt werden. Dann zerdrückt man sie mit einem Stößel und streicht sie durch ein Haarsieb. Auf 1 Pfd. Hagebutten läutert man 1 Pfd. Zucker mit $\frac{1}{4}$ Liter Wasser, gibt das Mark zu, läßt es unter beständigem Rühren etwa 5 Min. aufkochen und füllt es in Gläser, bindet sie mit Pergamentpapier zu und bewahrt sie an einem trockenen Ort auf.

Hagebuttenmarmelade, 4. Art.

Die gut reifen Hagebutten werden nur von Blüte und Stiel befreit, nicht ausgekernt. Alsdann kocht man die Früchte mit reichlich Wasser unter öfterem Umrühren solange, bis sie gut weich sind und treibt sie durch ein feines Sieb oder gibt sie durch die (Alexander-Werk) Fruchtpresse, so daß die Kerne zurückbleiben. Das so erhaltene Mark wird mit wenig Zucker aufgekocht und als Brotaufstrich verwendet. Man kann diese Marmelade auch ohne Zucker in Gläsern oder Flaschen sterilisieren. Beim Gebrauch wird die Marmelade mit dem nötigen Zucker kurz aufgekocht.

Die entkernten Hagebutten können auch getrocknet werden. Bei Verwendung werden sie eingeweicht und weichgekocht und finden als Brotaufstrich oder zu Soßen Verwendung.

Johannisbeermarmelade, Schüttelobst.

1 Pfd. Beeren wird mit $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ Pfd. Zucker gemischt, 10 Min. kochen lassen unter Rütteln der Pfanne und heiß eingefüllt; damit das Glas