



FOOD LOVER

Meine Vorratsküche



Vorwort

Besonders seit dem Lockdown der durch das Coronavirus verursacht wurde, habe ich viel Zeit zu Hause verbracht und wusste oft nicht mehr, was ich tun sollte. Freunde treffen ging nicht mehr, die ganze Zeit am Handy sitzen und Netflix suchten oder TikTok-Videos schauen wollte ich aber auch nicht.

Irgendwann haben ich und meine Mutter dann angefangen, Dinge zu kochen und sind dann auf die Einkochtechnik gestossen. Wir haben uns ein wenig mit dieser Technik auseinander-gesetzt und haben gemerkt, wie viele Vorteile diese Art des Kochens mit sich bringt. Dadurch habe ich eine richtige Leidenschaft für das Kochen entwickelt.

Als ich nun eine neue Idee für mein Begabungsförderungsprojekt brauchte, war die Idee für dieses Kochbuch da.

In diesem Rezeptbuch habe ich meine Lieblingsrezepte aufgeschrieben. Die meisten dieser Rezepte sind nicht von mir sondern aus bereits existierenden Kochbüchern zu diesem Thema. Oft habe ich dann lediglich die Rezepte meinem Geschmack und der Verfügbarkeit von Gemüse- und Obstsorten angepasst.

Die Rezepte aus diesem Buch stammen aus:

Weck Landjournal Magazine

SWr Koch ein

"Eingemacht" von Ulrike Hagen

Weck Einkochbuch

Was ist Einmachen und Einkochen?

Unter Einmachen versteht man generell das Haltbarmachen von Lebensmitteln in Gläsern. Ein Beispiel, das jedem bekannt ist, ist Konfitüre. In diesem Kochbuch habe ich sowohl Ein-mach- als auch Einkochrezepte aufgeführt. Einkochen ist eine Form des Einmachens.

Beim Einkochen oder Einwecken wird das Einkochgut in ein steriles Glas gefüllt und in einem kochenden Wasserbad unter Ausschluss von Luft in einem geschlossenen Topf erhitzt. Durch das Erhitzen dehnen sich Luft und Wasserdampf im Glas aus und es entsteht ein Überdruck. Beim Abkühlen ziehen sich Luft und Wasserdampf wieder zusammen und bilden ein konservierendes Vakuum.

Beim Einmachen hingegen werden die Lebensmittel (vor allem Obst) gekocht und dann in sterile, luftdichte Gläser mit Schraubdeckel gefüllt. So werden Konfitüren, Gelees oder Kompott hergestellt. Einmachen geht einfacher und schneller als Einkochen. Eingemachtes kann durch zusätzliches Einkochen noch länger haltbar gemacht werden.

Inhaltsverzeichnis

Konfitüren und Chutneys.....	4
Mango Chutney.....	4
Quitten-Kürbis Konfitüre.....	6
Blutorangenglee mit Thymian.....	8
Ananas-Kiwi Konfitüre.....	10
Grapefruit-Birnen Konfitüre.....	12
Suppen und Saucen.....	14
Tomatensuppe.....	14
Linseneintopf.....	16
Tomatensauce.....	18
Grillsauce.....	20
Hauptgerichte.....	22
Rinder Gulasch.....	22
Chili con Carne.....	24
Gemüse Ratatouille.....	26
Spitzkraut mit Kantenschinken.....	28
Serviettenknödel im Glas.....	30
Beilagen.....	32
Sandwich Pickles.....	32
Nachspeisen.....	34
Apfelmus.....	34
Schokoladenkuchen.....	36
Zitronenkuchen.....	38
Sirupsorten.....	40
Goldmelissensirup.....	40

Mango Chutney

Zutaten: Ergibt ca. 2 Gläser à 200ml

2 grosse oder 3 kleine Mangos

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1 daumengrosses Stück Ingwer

1 kleine rote Chili

100g brauner Zucker

ca. 80ml weisser Balsamicoessig

ca. 1TL Salz

1TL aromatisches Currypulver

Zubereitung:

Die Mangos schälen, das Fruchtfleisch vom Kern schneiden und fein würfeln. Einen Drittel davon mit dem Mixstab fein pürieren. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Knoblauch und den Ingwer schälen, die Chili entkernen und alles fein hacken

Sämtliche Zutaten in einem Topf erhitzen und für ungefähr 30 Minuten köcheln lassen. Noch einmal pikant-säuerlich abschmecken.

Danach das heisse Chutney in saubere Gläser füllen, diese mit Einkochring und Glasdeckel gut verschliessen und für einige Minuten auf den Kopf stellen.

Das Chutney kühl und dunkel lagern. Nach dem öffnen im Kühlschrank aufbewahren und während 1-2 Wochen geniessen



Quitten- Kürbis-Konfitüre

Zutaten:

500g reife Quitten
800g Hokkaido-Kürbis
600ml Quitten- oder Apfelsaft
80ml Zitronensaft
2 Päck. Vanillezucker
1kg Gelierzucker

Zubereitung:

Von den Quitten sorgfältig mit einem trockenen Tuch den feinen haarigen Flaum abreiben. Danach die Früchte dünn schälen. Die Quitten halbieren, das Kerngehäuse herausschneiden, die Blüten- und Stielansätze entfernen. Das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden (ergibt ca. 350g)
Den Hokkaido-Kürbis halbieren, die Kerne und das faserige Innere mit einem Löffel entfernen. Den Kürbis anschliessend schälen und das Fruchtfleisch ebenfalls in kleine Würfel schneiden. (ergibt ca. 500g)


Die Quitten- und Kürbiswürfel mit dem Saft in einen Topf geben und aufkochen. Die Hitze reduzieren und in etwa 20 Minuten unter gelegentlichem Umrühren weich kochen. In einen Mixer umfüllen oder einen Mixstab verwenden und fein pürieren, es sollte ca. 1kg Fruchtmus ergeben.

Das Fruchtmus mit Zitronensaft, Vanillezucker und Gelierzucker zurück in den Topf geben. Unter Rühren zum Kochen bringen und nach der Gelierzuckerzugabe 5 Minuten sprudelnd kochen. Mit einem Löffel den aufsteigenden Schaum entfernen. Gelierprobe durchführen.

Die kochend heisse Konfitüre in die vorbereiteten, ebenfalls heissen Einkochgläser füllen und diese sofort mit Einkochring, Glasdeckel und Einweck-Klammern verschliessen. Abkühlen lassen.



Blutorangengelee mit Thymian

Zutaten:  ca. 3 Weck Gläser à 340ml Inhalt
5 Zweige Zitronenthymian
1kg Blutorangen
500g Gelierzucker 1:1
Mark einer halben Vanilleschote
50ml Zitronensaft

Zubereitung:

Die Thymianzweige kalt abbrausen und trocken schütteln, mit Küchegarn zusammenbinden. Die Blutorangen auspressen, den Saft durch ein feines Sieb giessen, es sollte etwa 500ml ergeben. Den Blutorangensaft mit dem Thymian in einen Topf geben und über Nacht an einem kühlen Ort ziehen lassen.

Am nächsten Tag Gelierzucker, Vanillemark und Zitronensaft zum Saft geben, unter Rühren zum Kochen bringen und 5 Minuten sprudelnd kochen lassen. Das Thymiansträusschen entfernen und die Gelierprobe durchführen.

Das kochend heisse Gelee in die vorbereiteten, ebenfalls heissen Gläser füllen und diese sofort mit einkochring, Glasdeckel und zwei Einweck-Klammern verschliessen. Abkühlen lassen



Ananas-Kiwi Konfitüre

Zutaten:

1 Ananas
400g Kiwifruchtfleisch
5EL Weisser Rum
1Kokosnuss
2EL Zitronensaft
1kg Gelierzucker 1:1

Zubereitung:

Von der Ananas die Blattkrone abscheiden, die Frucht nicht zu dünn schälen, damit die Augen weitgehend entfernt werden. Die restlichen Augen mit einem spitzen Obstmesser herauslösen. Die Ananas vierteln, dabei den Strun entfernen und das Fruchtfleisch sehr klein schneiden. Die geschälten Kiwis in Scheiben schneiden. Die Früchte in einen Topf geben. Mit einem Korkenzieher in zwei der drei Augen der Kokosnuss Löcher stechen. Das Kokoswasser auffangen, es sollte ca. 125ml ergeben. Das Kokoswasser mit dem Zitronensaft und dem Gelierzucker zu den Früchten geben und alles gut verrühren. Unter Rühren die Masse zum Kochen bringen und nach Gelierzuckerangabe 4 Minuten sprudelnd kochen. Gelierprobe durchführen. Die kochend heisse Konfitüre in die vorbereiteten, ebenfalls heißen Einnkochgläser füllen und sofort mit Einkochring, Glasdeckel und zwei Einweck-Klammern verschliessen. Abkühlen lassen



Grapefruit-Birnen-Konfitüre

Zutaten: Ergibt 6-7 Weckgläser à 220ml Inhalt

600g Birnen

4 rosa Grapefruits

80ml Limettensaft

1kg Gelierzucker 1:1

1 Prise gemahlener Zimt

Zubereitung:

Die Birnen waschen, schälen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und die Viertel fein würfeln, es sollte ca. 500g ergeben. Die Grapefruits halbieren, auspressen und den Saft durch ein Sieb passieren, es ergibt ca. 500ml.

Birnenwürfel, Grapefruitsaft, Limettensaft, Gelierzucker und Zimt in einen Topf geben und verrühren. Die Masse unter Rühren langsam zum Kochen bringen. Nach Anleitung der Gelierzuckerpackung etwa 4 Minuten sprudelnd kochen, dabei eventuell aufsteigenden Schaum abschöpfen.

Gelierprobe durchführen.

Die kochend heiße Konfitüre in die vorbereiteten, ebenfalls heißen Gläser füllen und diese sofort mit Einkochring, Glasdeckel und zwei Einweck-Klammern verschliessen. Abkühlen lassen



Tomatensuppe

Zutaten:

1 kl. Zwiebel
1 Knoblauchzehe
½ Bund Suppengemüse
2 EL Olivenöl
5 Stiele Basilikum
140g Tomatenmark
400g gewürfelte Tomaten
1 Lorbeerblatt
200g Sahne
Salz
Pfeffer
Zucker
100ml Sonnenblumenöl

Zubereitung:

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Das Suppengemüse putzen und evtl. schälen und waschen. Alles in einem Topf im Öl anbraten. Das Basilikum abbrausen, trocken schütteln und Blättchen abzupfen, Tomatenmark, Tomaten, ¾ der Basilikumblättchen, das Lorbeerblatt, Sahne und 500ml Wasser zum Gemüse geben. Alles ca. 20 Minuten köcheln lassen Basilikum und Lorbeer herausnehmen, die Suppe pürieren und nach Wunsch durch ein Sieb passieren. Anschliessend erneut aufkochen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken

Wenn man die Suppe sofort servieren möchte, frittiert man die restlichen Basilikumblättchen kurz im Sonnenblumenöl, lässt sie auf einem Küchenpapier abtropfen, füllt die Suppe in Tassen oder Gläser, garniert diese mit dem Basilikum und serviert sie

Wer die Suppe jedoch aufbewahren möchte, füllt die Suppe in ausgespülte Weck-Gläser, verschliesst sie mit einem Einkochring, dem Glasdeckel und den Einweck-Klammern. Anschliessend die Gläser in ein 100°C heisses Wasserbad geben und für 60 Minuten kochen lassen. Danach herausnehmen und abkühlen lassen.



Linseneintopf

Zutaten:

- 80g getrocknete Bio-Linsen
- 150g Karotten, gewürfelt
- 25g Rapsöl
- 800g Kartoffeln, festkochend
- 80g Zwiebeln
- 15g Knoblauch
- 1,5 L Gemüsebrühe
- Muskatnuss, je nach Geschmack
- Salz
- Pfeffer
- 2 Zweige Majoran

Zubereitung:

Für den vegetarischen Kartoffel-Linseneintopf einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen, die Linsen weich kochen. Einen weiteren Topf mit Öl erhitzen, gewürfelte Karotten im Öl gold-braun anbraten, die Karotten aus dem Topf nehmen und beiseitestellen.

Die Kartoffeln schälen und ca. 200 g davon in grobe Würfel schneiden als Einlage. Zwiebeln und Knoblauch fein schneiden, im verbliebenen Öl anschwitzen. Die Brühe in den Topf geben und darin erhitzen, in der Zwischenzeit die restlichen Kartoffeln klein schneiden und zum Verkochen in die Brühe geben. Die Karotten, die grob gewürfelte Kartoffeln und die Linsen für spätere Einlage bereithalten. Nach ca. 20 Minuten sollten die Kartoffeln im Eintopf vollständig verkocht sein.

Alternativ mit einem Stabmixer die restlichen Stückchen pürieren. Die Kartoffelwürfel dazu geben und so lange im Ansatz kochen bis diese fast weich sind. Dann die Karotten und die Linsen dazu geben. Mit Salz, Pfeffer und ein bisschen Muskatnuss abschmecken.

Majoran klein hacken und mit in den Eintopf geben.

Einkochvorgang: Den Eintopf in sterilisierte Einmachgläser umfüllen und verschließen. Die Gläser in den Einkochtopf stellen und bei 100 Grad für 120 Minuten einkochen.



Tomatensauce

Zutaten:

3 Kg Tomaten

2 TL Salz

wenig Pfeffer

1 ¼ dl Olivenöl

3 Knoblauchzehen

1 Bund Thymian

je nach Geschmack 4 Bund Rosmarin

Evtl. Gemüse nach Saison (z.B. Zucchini oder Peperoni)

Gewürze nach Wahl

Zubereitung:

Die Tomaten in Stücke schneiden, im Brattopf unter Rühren aufkochen und würzen. Danach die Hitze reduzieren und zugedeckt unter gelegentlichem Rühren bei kleiner Hitze ungefähr 3 Std. schmoren lassen. Nachher den Deckel entfernen und die Tomaten offen ca. 1 Std. weiterschmoren.

Öl in eine kleine Pfanne giessen und den Knoblauch schälen, fein hacken und mit dem Thymian und dem Rosmarin begeben. Langsam erwärmen. Das Kräuteröl unter die Tomaten mischen ungefähr 10 Min. fertig schmoren und dann die Kräuter entfernen.

Die Sauce dann siedend heiss bis unter den Rand in die sauberen, vorgewärmten Gläser füllen und sofort gut verschliessen. Die Gläser kurz auf den Kopf stellen und auf einer isolierten Unterlage auskühlen lassen.



Grillsauce

Zutaten:

50g Knoblauch
1 Chilischote, rot
100g Sonnenblumenöl
200g Perlzwiebeln (In Essig eingelegt)
200g Honig
30g Zitronensaft
110g Sojasauce
60g Worcestershiresauce
250g Ketchup
10g Currypulver
1TL Pfeffer
1TL Koriandersamen

Zubereitung:

Knoblauch schälen und grob hacken. Chilischote halbieren, entkernen und ebenfalls hacken. Perlzwiebeln abtropfen lassen, etwas Essigsud (ca. 50 ml) auffangen.

Öl in einem Topf erhitzen. Knoblauch darin farblos andünsten. Chili, Perlzwiebeln, Essigsud und Honig zugeben und köcheln lassen

Zitronensaft, Sojasoße, Worcestershiresauce, Ketchup, Currypulver, Pfeffer und Koriandersamen zugeben, kurz erhitzen und alles fein pürieren, bis eine soßenartige Konsistenz entsteht. Mit Salz würzen.

Die Grillsoße mit einem Trichter in die vorher abgekochten Gläser füllen. Die Gläser verschließen und für 45 Minuten bei 90 bis 100 Grad einkochen. Das funktioniert in einem einfachen Topf, kann aber auch im Dampfgarer eingekocht werden.

Anschließend die Gläser herausnehmen und langsam abkühlen lassen. Die Soße ist kühl und dunkel gelagert bis zu



Rindergulasch

Zutaten:

1 kg Rindfleisch aus der Keule
1 Zweig Rosmarin (nach Bedarf)
5 Salbeiblätter
2 Knoblauchzehen
250g Zwiebeln
2 mittelscharfe Chilischoten
¼ l Rotwein
100g roh geräucherter durchwachsener Speck
3 EL Olivenöl
1 EL Paprikapulver edelsüss
Salz, Pfeffer aus der Mühle
1 Dose gehackte Tomaten (400g)
350ml Fleischbrühe

Zubereitung:

Das Rindfleisch in etwa 2cm grosse Würfel schneiden und in eine Schüssel legen. Rosmarinzwig und Salbeiblätter abbrausen und trocken tupfen. Die Rosmarinnadeln vom Zweig streifen und zusammen mit en Salbeiblättern fein hacken. Knoblauch und Zwiebeln schälen und fein würfeln. Die Chilischote längs halbieren, Stielansatz, Samen und weisse Trennwände entfernen. Die Schotenhälften fein würfeln. Kräuter, Knoblauch, Zwiebeln, Chiliwürfel und Wein mischen und über das Fleisch giessen. Zugedeckt an einem kühlen Ort 3-4 Stunden marinieren.

Vom Speck die Schwarte und Knorpel entfernen, anschliessend in Streifen schneiden. Die Fleischwürfel aus der aus der Marinade heben und mit Küchenpapier trocken tupfen. Das Öl in einem Topf erhitzen und den Speck knusprig braten. Das Fleisch zugeben und ebenfalls anbraten. Mit Paprikapulver bestreuen und mit Salz und Pfeffer würzen. Marinade, Tomaten, und Brühe zugeben und unterrühren. Gulasch aufkochen, die Hitze reduzieren und zugedeckt 50 Minuten schmoren.

Darauf in die vorbereiteten Einkochgläser bis 3cm unter den Glasrand füllen. Gut verschliessen und im 100°C heissen Wasserbad 90 Minuten einkochen. Abkühlen lassen und Klammern entfernen
Zum Servieren den Inhalt in einen Topf geben und mit ½ TL Speisestärke (pro Glas) binden.



Chili con Carne

Zutaten:

500g getrocknete Kidneybohnen
2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
1-3 Chilischoten
1kg Tomaten (ersatzweise 2 Dosen mit stückigen Tomaten)
3EL Olivenöl
1kg gemischtes Hackfleisch
250g Tomatenpüree
1 Glas Mais
1Msp.
etwas Salz und Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Die Kidneybohnen 12 Stunden oder über Nacht in einer Schüssel oder einem Topf mit Wasser einweichen. Nach der Einweichzeit die Bohnen in ein Sieb abschütten und nochmals abbrausen. Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen, die Zwiebeln fein würfeln und den Knoblauch fein hacken.

Die Chilischote(n) abbrausen, halbieren, den Stielansatz entfernen, Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Die Tomaten blanchieren, dann die Haut abziehen. Die Früchte halbieren, Stielansatz entfernen und in kleine Stücke schneiden.

Das Öl in einem grossen Topf erhitzen und das Fleisch portionsweise darin braten.

Die Zwiebeln und den Knoblauch zugeben und mitdünsten. Die Chilistücke und die Kidneybohnen mit den Tomatenstücken und dem Püree sowie dem Mais zugeben. Mit den Gewürzen abschmecken und verrühren. Nach Belieben mit etwas Wasser verdünnen. Kurz im Topf zugedeckt durchziehen lassen. Dann das Chili con Carne in die vorbereiteten Einkochgläser und diese mit Einkochring, Glasdeckel und je zwei Einweck-Klammern verschliessen.

Im 100°C-heissen Wasserbad 120 Minuten einkochen. Nach der Einkochzeit die Gläser aus dem Wasserbad heben und abkühlen lassen. Anschliessend die Klammern entfernen



Gemüse Ratatouille

Zutaten:

4 Stück Zucchini
5 Stück Peperoni
3 Stück Auberginen
3 Rote Zwiebeln
800g Tomaten aus der Dose
4EL Paprikapulver
2EL Zucker
4EL Apfelessig
Salz
Pfeffer
Olivenöl
1 Knoblauchzehe

Zubereitung:

Zucchini, Zwiebeln, Peperoni und Auberginen klein schneiden
Mit Olivenöl, Salz und Pfeffer gut vermischen und bei 180
O/U Hitze ca. 40 Minuten garen. Dabei regelmässig wenden.
In dieser Zeit die Tomatensauce, Knoblauch, Paprikapulver,
Essig und den klein geschnittenen Knoblauch kochen. Die
Sauce sollte sich nach 30 Minuten deutlich reduziert haben
und schön dickflüssig sein. Ansonsten wird das Endergebnis
zu flüssig
Danach kommen die gegarten Gemüse-würfel in die
reduzierte Tomaten-Paprika sauce.
Mit Pfeffer und Salz abschmecken und noch mal ordentlich
aufkochen
Alles in die sterilisierten Gläser abfüllen und danach im
Einkochautomaten 30 Minuten bei 90 Grad einkochen lassen.
Die kann auch im Steamer oder Backofen gemacht werden.
Hier bitte die Angaben des Herstellers beachten



Spitzkraut mit Kantenschinken

Zutaten:

1,2kg Spitzkraut
100g Zwiebeln
3EL Rapsöl
80g gewürfelter Kantenschinken
Salz
Pfeffer
¼ TL gemahlener Kümmel
ca. 250 ml Gemüsefond

Zubereitung:

Das Spitzkraut putzen, vierteln, den Strunk entfernen und das Kraut in feine Streifen schneiden. Die Zwiebeln pellen und in feine Würfel schneiden

Das Öl in einem entsprechend grossen Topf erhitzen.

Zwiebeln und Kantenschinken darin hell anschwitzen, das Spitzkraut zufügen und kurz mit anschwitzen. Mit Salz, Pfeffer und gemahlenem Kümmel würzen.

Den Gemüsefond angiessen und 10 Minuten köcheln lassen. Das Kraut in die vorbereiteten Gläser füllen, mit Einkochring, Glasdeckel und zwei Einweck-Klammern verschliessen. Im 100°C-heissen Wasserbad 120 Minuten einkochen. Nach der Einkochzeit die Gläser aus dem Wasserbad heben und abkühlen lassen. Nach dem vollständigen Erkalten die Klammern entfernen.



Serviettenknödel im Glas

Zutaten: ergibt ca. 3 Gläser à 300ml

140g Weissbrot (vom Vortag)

100g Petersilienwurzel

30g Rapsöl

80g Zwiebeln

10g Knoblauch

300g Milch

70g Speck

2 Eigelb (Grösse M)

1g Muskatnuss

5g Salz

2g schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Das Brot mit einem Sägemesser in (ca. 1x1 cm) große Stücke schneiden. Die Petersilienwurzel schälen und in gleichmäßig große Stücke (0,5 x 0,5cm) schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Petersilienwurzeln darin, bei mittlerer Hitze, ca. 5 Minuten goldbraun braten (sollten optisch wie Bratkartoffeln aussehen!). Die gebratenen Wurzeln dann in die Schüssel zu den Brotstücken geben. Den Knoblauch und die Zwiebel abziehen und in ganz feine Würfel schneiden.

Die Milch in einem Topf aufkochen, die Zwiebeln und den Knoblauch zugeben und mit garen. Mit Muskat, Salz und schwarzem Pfeffer. Die kochende Milch über das Brot geben, mit einem Deckel abdecken und ca. 10 Minuten stehen und abkühlen lassen.

Wer die Knödel mit Speck zubereiten möchte, schneidet den Speck in feine Würfel. Speck im Bratfett der Petersilienwurzel, knusprig auslassen und etwas abkühlen lassen (Vegetarier lassen den Speck einfach weg). Speck und die beiden Eigelbe zufügen und gut mischen.

Dabei darauf achten das der Anteil an festen Bestandteilen (Brotstücken) und feiner Masse genau 50% und 50% beträgt. Ansonsten werden die Knödel nicht so fluffig und nehmen beim Verzehr weniger Soße auf.

Die sterilen Gläser im unteren Bereich bis ca. 3 cm vor dem Glasrand mit etwas Öl einfetten. Die Knödelmasse einfüllen. Die Gläser mit dem Deckel verschließen und für 120 Minuten bei 100 Grad im Topf oder im Einkochapparat einmachen.



Sandwich Pickles

Zutaten: Ergibt ca. 2 Gläser à 300ml

- 1 gelbe Paprika
- 1 rote Paprika
- 1 Handvoll Radieschen
- 1-2 kleine Gurken
- 2 Karotten

Für den Sud:

- 250ml Essig
- 100ml Wasser
- 100g Zucker
- 1-2TL Salz

Zubereitung:

Paprika entkernen und in feine Streifen hobeln. Radieschen und Gurken waschen, Karotten schälen und alles zuerst in feine Scheiben hobeln, anschliessend in feine Streifen schneiden. Die Gemüsesorten schichtweise auf die Gläser verteilen und gut andrücken.

Für den Sud sämtliche Zutaten erhitzen und leise köcheln lassen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Kurz etwas abkühlen lassen

Den Sud danach über das Gemüse in die Gläser giessen und gut verschliessen.

Das Aroma dieser Pickels entwickelt sich erst nach 2-3 Tagen.



Apfelmus

Zutaten:

1kg Äpfel

Ca. 1l kaltes Wasser

Saft von 1 Bio-Zitrone

1EL Honig

200g Zucker

1 Zimtstange

Zubereitung:

Ca. 1 Liter Wasser mit Zitronensaft und Honig verrühren und bereitstellen. Die Äpfel schälen, entkernen und in Spalten schneiden; diese sofort in das vorbereitete Zitronen-Honig-Wasser legen.

Anschliessend die Äpfel mit $\frac{1}{2}$ Tasse vom Zitronen-Honig-Wasser in einen Topf geben, Zucker und Zimtstange dazugeben und erhitzen. Langsam ca. 10 Minuten unter mehrmaligem Rühren köcheln lassen, bis die Äpfel weich sind. Anschliessend mit dem Mixstab mehrmals fein pürieren und noch heiss in ausgespülte Gläser füllen. Die Gläser mit Einkochring, Glasdeckel und Einweckklammern verschliessen.

Die Gläser für 30 Minuten in ein 90°C heisses Wasserbad geben. Anschliessend herausheben und abkühlen lassen. Nachdem die Gläser abgekühlt sind die Klammern entfernen und lagern.



Schokoladenkuchen

Zutaten: Ergibt 2 WECK-Gläser à 1000ml Inhalt

150g Zartbitterschokolade

190g weiche Butter

150g Zucker

Mark von ½ Vanilleschote (alternativ: 1TL Vanillearoma)

3 Eier (Grösse M)

225g Mehl

30g Kakaopulver

3TL Backpulver

190ml Milch

AUSSERDEM: Butter für die Gläser

Zubereitungszeit: 1 ¼ Stunde + 30 Minuten Einkochzeit

Zubereitung:

Den Rost oder das Backblech herausnehmen, den leeren Ofen auf 180°C (Gas Stufe 2-2 ½) vorheizen. Die Sturzgläser sorgfältig ausfetten.

Die Schokolade fein hacken. Butter, Zucker und Vanille cremig rühren. Die Eier mischen und abwechselnd mit der Milch unterrühren.

Den Teig gleichmässig in die vorbereiteten Gläser verteilen.

Auf dem kalten Backofengitter in den Backofen einschieben und etwa 40 Minuten backen. Stäbchenprobe durchführen.

Die Gläser aus dem Ofen nehmen und auf einem Gitter abkühlen lassen, dann den Glasrand sorgfältig säubern und entfetten. Die Gläser mit Einkochring, Glasdeckel und Einweck-Klammern verschliessen. Im 100°C heissen Wasserbad 30 Minuten einkochen. Nach der Einkochzeit herausnehmen, erkalten lassen und die Klammern entfernen.



Zitronenkuchen

Zutaten: Ergibt 2 WECK-Gläser à 1000ml Inhalt

250g weiche Butter

180g Zucker

5 Eier (Grösse M)

310g Mehl

1 Päck. Backpulver

4EL Zitronensaft

Schale von 1 Bio-Zirone

AUSSERDEM: Butter für die Gläser

Zubereitungszeit: 1 Stunde + 30 Minuten Einkochzeit

Zubereitung:

Den Rost oder das Backblech herausnehmen, den leeren Ofen auf 180°C (Gas Stufe 2-2 ½) vorheizen. Die Sturzgläser sorgfältig ausfetten.

Die Butter mit dem Zucker weiss-cremig schlagen. Die Eier einzeln zugeben und unterrühren. Mehl und Backpulver dazugeben. Schliesslich den Zitronensaft einrühren und die Schale in den Teig reiben.

Den Teig gleichmässig in die vorbereiteten Gläser verteilen. Auf dem kalten Backofengitter in den Backofen einschieben und etwa 50 Minuten backen. Stäbchen-probe durchführen. Die Gläser aus dem Ofen nehmen und auf einem Gitter abkühlen lassen, dann den Glasrand sorgfältig säubern und entfetten. Die Gläser mit Einkochring, Glasdeckel und Einweck-Klammern verschliessen. Im 100°C heissen Wasserbad 30 Minuten einkochen. Nach der Einkochzeit herausnehmen, erkalten lassen und die Klammern entfernen.



Goldmelissensirup

Zutaten:

2 Hände voll frische rote Blütenblätter

1L abgekochtes und abgekühltes Wasser

1-1.5kg Zucker

½ Zitrone

ergibt ca. 1.5l Sirup

Zubereitung:

Die frischen Blütenblätter (evtl mit einer halben Zitrone) in eine leere Flasche füllen und mit Wasser übergießen. Das Ganze einen Tag (am Besten im Kühlschrank) stehen lassen. Dann herausnehmen, den Zucker hinzugeben (Bei einer Zugabe von 1.5 kg Zucker verlängert sich die Haltbarkeit von 6 Monaten auf 1 Jahr) und alles kurz aufkochen. Den Sirup absieben und noch heiss in sterilisierte Flaschen füllen.

