

KLEINE KÜCHENKUNDE

Saftige Früchtchen



Kirschen, Zwetschgen und Pflaumen. Tipps und Tricks von «Saisunküche»-Köchin Andrea Pistorius.

Zwetschgen, Kirschen und Pflaumen sind endlich reif. Und heute muss man sie nicht mehr nachts beim Nachbarn klauen, denn es gibt sie zu kaufen. Was man mit den frischen, saftigen Kugeln so alles anstellen kann und wie man mit ihnen umgeht, das verrate ich Ihnen hier.

Aufbewahrungstipps

Kirschen:

Im Kühlschrank, auf einem Teller oder auf einer Platte ausgebreitet, halten sie 2 bis 3 Tage.

Zwetschgen und Pflaumen: Frische, nicht beschädigte Pflaumen und Zwetschgen können 3 bis 4 Tage in einem Papiersack im Kühlschrank aufbewahrt werden. Nicht waschen, denn die weissliche Schicht schützt die Früchte vor dem Austrocknen. Ein kühler Keller mit nicht mehr als 10 Grad eignet sich ebenso.

Im Gegensatz zu Aprikosen, Pfirsichen, Nektarinen und Pflaumen reifen Kirschen und Zwetschgen bei Zimmertemperatur nicht nach. Sie werden zwar weicher, aber der Geschmack wird nicht intensiver.

Einkochen

Zum Einmachen eignen sich auch die nicht ganz reifen Früchte, da der enthaltene Zucker den Geschmack intensiviert.

Grundrezept:

1 kg klein geschnittene Früchte oder Beeren mit 800 g bis 1 kg Zucker oder Gelierzucker in einer Pfanne gut mischen. Bei grosser Hitze rasch aufkochen und unter ständigem Rühren sprudelnd ko-

chen. Mit Kristallzucker 10 bis 20 Minuten, mit Gelierzucker 5 Minuten kochen. Nicht mehr als 1 kg Früchte aufs Mal einkochen.

Achtung: Nicht zu lange kochen. Denn dadurch geht die Gelierkraft des in den Früchten enthaltenen Pektins verloren.

Zuckerreduzierte Konfitüre:

1 kg Früchte oder Beeren, 400 bis 500 g Zucker, 1 Beutel M-Gel. Klein geschnittene Früchte oder Beeren mit dem Geliemittel in einer Pfanne gut mischen. Bei grosser Hitze rasch aufkochen. Erst dann den Zucker begeben und unter ständigem Rühren 5 Minuten sprudelnd kochen.

Gelee:

Gleiche Zubereitungsart wie für Konfitüren, jedoch mit $\frac{3}{4}$ Liter Saft aus Früchten oder Beeren und 1 kg Zucker.

Gelierprobe:

Wenig Konfitüre auf ein kaltes Tellerchen geben und kurz in den Kühlschrank stellen. Dann mit dem Finger durch die Konfitüre fahren. Die geteilte Masse darf auf dem Teller nicht mehr zusammenfliessen.

Zwetschgen dörren

Falls die Zwetschgen schon weich sind, eignen sie sich vorzüglich zum Dörren. Bei ca. 50 Grad im Ofen während 24 bis 30 Stunden trocknen lassen. Sehr gut werden die Zwetschgen, wenn diese zweimal über Nacht im Ofen getrocknet werden und durch den Tag bei Zimmertemperatur stehen gelassen werden. En Guete!

Kirschenkonfitüre

1,2 kg Kirschen, $\frac{1}{2}$ Biozitrone, 15 g Ingwer, 1 kg Gelierzucker, $1\frac{1}{2}$ Päckchen Vanillezucker

Kirschen waschen und entsteinen. Von der Zitrone die Schale abreiben und Saft auspressen. Ingwer fein reiben. Kirschen mit Zitronensaft, -schale, Ingwer, Gelier- und Vanillezucker in einen Topf geben. Alles gut vermischen. Zugedeckt 3 Std. kühl stellen. Die Kirschmasse unter Rühren aufkochen, 6 Min. kochen lassen. Konfitüre in heiss ausgespülte Gläser füllen, sofort verschliessen.



Powidl

1,5 kg Pflaumen oder Zwetschgen, 200 g Zucker, 2 Zimtstangen, 4–5 EL Rum

Pflaumen halbieren und entsteinen. Mit dem Zucker mischen, 3 Stunden zugedeckt stehen lassen. Pflaumen aufkochen. Bei kleiner Hitze

30 Minuten kochen, bis sie zerfallen. Etwas abkühlen lassen und durch ein feines Sieb streichen. Zimtstangen in das Püree geben. Backofen auf 160 °C vorheizen. Das Püree in eine grosse, ofenfeste Form füllen. In der Ofenmitte während gut 4 Stunden einkochen. Ab und zu umrühren. Zimt entfernen, das Mus in Twist-off-Gläser füllen, je 1 EL Rum oben auf geben und sofort verschliessen.

Zwetschgen-Chutney

300 g Zwetschgen, 4 EL Rohrzucker, 4 EL Aceto balsamico bianco, 15 g frischer Ingwer, 1 Sternanis, 3 Nelken, $\frac{1}{2}$ Zimtstange, 1 Prise getrocknete, zerdrückte Chilischoten, Salz, Pfeffer

Zwetschgen entsteinen und in Stücke schneiden. Zusammen mit Zucker, Essig, Sternanis, Nelken, Zimt und Chilischote in eine Pfanne geben. Ingwer fein dazureiben. Alles aufkochen, bei mittlerer Hitze 10 Minuten kochen, gelegentlich umrühren. Gewürze entfernen. Das Chutney mit Salz und Pfeffer würzen, in kleine, heiss ausgespülte Konfitüregläser füllen, verschliessen und 2 Minuten auf den Kopf stellen. Nach dem Öffnen im Kühlschrank aufbewahren. Passt zu Käse und Frischkäse.

