

# Essig

*Eine praktische Anleitung zur Herstellung von*

- *Essig im Haushalt*
- *Essigvariationen*
- *Konservieren mit Essig*
- *Essigspezialitäten*



**Herausgeber:**  
Schweiz. Vereinigung für Obst- und Traubenverarbeitung (SVOT)  
Meiholzstrasse 9, 8913 Ottenbach

*Alle Rechte vorbehalten, Copyright © by SVOT, 8913 Ottenbach*

# Inhaltsverzeichnis

## 1. Hausessigzubereitung

1.1 Ausgangsmaterial	3
1.2 Essiggefäße	4
1.3 Impfung	4
1.4 Oxydation	5
1.5 Abzug und Lagerung	6
1.6 Zusammenfassung	6

## 2. Essigvariationen

2.1 Kräuteressig	7
2.2 Gemüse- oder Beerenessig	7

## 3. Konservieren mit Essig

3.1 Ursachen der Verderbs	8
3.2 Konservierende Faktoren	8
3.3 Konservierungsmethoden	9

## 4. Essigspezialitäten

4.1 Rohmaterial	10
4.2 Essigsorten	10
4.3 Gewürze und Kräuter	11
4.4 Gläser und Pfannen	11
4.5 Beschriftung	11
4.6 Lagerung/Haltbarkeit	11

## 5. Rezepte

5.1 Essiggemüse	
5.1.1 Mixed Pickles	12
5.1.2 Cornichons	12
5.1.3 Essigpilze	13
5.2 Süß-saures und Pikantes	
5.2.1 Süß-saure Früchte	14
5.2.2 Zimtäpfel	14
5.3 Würzige Saucen	
5.3.1 Tomatenketchup	15
5.3.2 Früchte-Chutney	15
5.3.3 Gemüse-Chutney	16

# 1. Hausessigzubereitung

Essig war schon bei den alten Kulturvölkern bekannt. Damals und auch im früheren Mittelalter wurde im Haushalt Essig selber gewonnen, indem man alkoholische Getränke der Luft aussetzte. Diese willkürliche Gärung verspricht nicht immer gute Resultate. Damit die Essiggewinnung erfolgreich verläuft, dürfen bestimmte Punkte nicht einfach dem Zufall überlassen werden.

## 1.1 Ausgangsmaterial

Zur Herstellung von Obst- oder Weinessig eignet sich prinzipiell jeder gesunde oder leicht essigstichige Wein oder Obstwein. Nicht geeignet sind verschimmelte und nur leicht alkoholhaltige Getränke, die noch Fruchtzucker enthalten. Bei der Umwandlung von Alkohol in Essigsäure entsteht aus 1 Vol% Alkohol ungefähr 1 Gew% Essigsäure. Ein Wein mit 7% Alkohol wird dementsprechend einen ca. 7%igen Essig liefern. Haushaltessig, wie wir ihn kennen und als angenehm empfinden, enthält etwa 5% Essigsäure und nur noch wenig Alkohol. Der zur Essigbereitung verwendete Wein oder Obstwein sollte demnach 6 bis 8 Vol% Alkohol enthalten. Die Einhaltung dieser Norm ist nicht so wesentlich, wichtiger ist zu wissen:

- Je höher der Alkoholgehalt, um so saurer wird der Essig.
- Bei hohem Alkoholgehalt verläuft die Essigbildung nur sehr langsam.

Unsere Obstweine entsprechen im Durchschnitt der gewünschten Gradstärke (5 – 6 Vol%), während die Weiss- und Rotweine 9 – 13 Vol% Alkohol enthalten. Getränke mit hohem Alkoholgehalt werden vorteilhaft mit Wasser oder leichteren Weinen auf die günstige Konzentration verdünnt.

Jeder Wein oder Obstwein kann unerwünschte Kleinlebewesen enthalten, welche die Essigbereitung stören oder verzögern. Dies gilt speziell für gesammelte Weinresten. Für die Herstellung eines guten Qualitätssessigs ist das Erwärmen des Ausgangsmaterials auf 80 °C (knapp unter den Siedepunkt, nicht kochen) zum Abtöten der Kleinlebewesen sehr empfehlenswert.



## 1.2 Essiggefässe

Der einfachen Reinigung wegen, eignen sich vor allem Gefässe aus Glas (Korbflaschen von 5 bis 50 l Inhalt), glasierte Tongefässe oder gut erhaltene kleine Holzfässer, welche aber dann nur noch für die Essigfabrikation verwendet werden sollten.

Zur Umwandlung des Alkohols brauchen die Essigbakterien genügend Sauerstoff. Aus diesem Grund werden die Gefässe nie ganz gefüllt: schmale, hohe nur bis zur Hälfte; breite, bauchige etwa dreiviertelhoch. Ein Tüchlein oder ein lockerer Wattebausch als Gefässabschluss schützt vor Staub und Insekten, verhindert aber nicht den notwendigen Luftzutritt.

**Merke:** Gefäss nicht ganz auffüllen und mit einem Tüchlein zudecken.

## 1.3 Impfung

Um eine rasche Essigbildung zu erreichen, muss der Obstwein oder Wein mit Essigbakterien geimpft werden. Die vielen Arten von Essigbakterien, die sich in vergorenen Getränken zu entwickeln vermögen, eignen sich nicht alle zur Herstellung von Speiseessig. Um diese abzutöten, ist deshalb eine Erwärmung auf 80 °C empfehlenswert.

Ein rascher und sicherer Erfolg gewährleistet die Beimpfung mit einer Essigkultur. Solche Kulturen können beim Herausgeber dieser Anleitung gegen einen Kostenbeitrag bezogen werden. Wer solche Kulturen bestellt, sollte folgendes beachten:

- Essigkulturen nie auf Vorrat, sondern erst bei Bedarf bestellen.
- Das Fläschchen sofort öffnen, der Inhalt benötigt Luft.
- Die Kultur möglichst bald in die alkoholhaltige Flüssigkeit geben (sofern eine Erwärmung auf 80 °C erfolgte, muss vorher unbedingt wieder auf zirka 25 °C abgekühlt werden).
- Mit den gelieferten Kulturen können höchstens 20 Liter beimpft werden, bei kleineren Ansatzmengen aber ebenfalls den ganzen Inhalt des Fläschchens beifügen.

Bei grösseren Mengen (mehr als 20 Liter) ist es zweckmässig, auf 100 Liter Wein oder Obstwein ca. 5 Liter Anstell-Essigbakterien zu züchten. Ein sauberes, mit Wein oder Obstwein halbgefülltes Gefäss von ca. 10 l Inhalt wird mit der Ausgangsessigkultur beimpft und an einem warmen Ort aufgestellt. Nach etwa 2 Wochen haben sich die Anstell-Bakterien so weit

entwickelt, dass sie zur Beimpfung der gesamten Menge verwendet werden können.

Als Inbegriff der Hausessigfabrikation zählt bei vielen Leuten die sogenannte Essigmutter. Zu diesem schleimigen, gallertartigen Etwas kommt man am besten durch Herumfragen bei Bauern, in kleineren Weinhandlungen oder auch bei Feinschmeckern aus dem Süden. Bei der Essigmutter handelt es sich ebenfalls um Bakterien, die Alkohol in Essigsäure umwandeln.

Wer einen Essigfabrikationsbetrieb kennt, könnte sich eventuell dort eine Essigkultur beschaffen. Dazu wird für die Beimpfung von 20 Litern Wein oder Obstwein ca. 1 Liter Essig, der in voller Gärung/Oxydation ist, benötigt. Nicht geeignet wäre handelsüblicher Essig. Dieser ist pasteurisiert und enthält kaum noch lebende Essigbakterien.

**Merke:** Essigbakterien beifügen und Gefäss bei Zimmertemperatur aufstellen.

## 1.4 Oxydation, im Volksmund Gärung genannt

Essigbakterien sind luft- und wärmebedürftig. Als günstige Oxydationstemperatur haben sich 20–30 °C erwiesen. Die Essigflaschen oder -fässchen sind deshalb an einem warmen Ort, also nicht im Keller, aufzustellen. Tägliches Umrühren erhöht die *Berührung mit Sauerstoff* und fördert die Essigbildung. Die Zunahme der Essigsäure wird am einfachsten degustativ verfolgt. Nach 6 bis 10 Wochen sollte die Essigsäurebildung abgeschlossen sein, die Trubbestandteilchen beginnen sich langsam abzusetzen.

Wer fortlaufend frischen Essig fabrizieren möchte und nicht bei jedem Ansatz neue Kulturen beziehen will, stellt in einem zweiten Gefäss Wein oder Obstwein bereit und beimpft diesen mit Essig aus dem ersten Gefäss, dessen Inhalt in voller Gärung ist.

Wer die Essigmacherei mit einer Essigmutter betreibt, fabriziert vorteilhaft kontinuierlich. Sobald dem Gefäss Essig entnommen werden kann, muss ab und zu wieder etwas Obstwein oder Wein nachgegossen werden. Die Essigmutter braucht den Alkohol als Nahrung, und der Vorrat an selbstgebrautem Essig geht nicht plötzlich aus. Wenn sich nach längerer Zeit im Gefäss mehrere Essigmütter bilden, sollte man die alten entfernen. In der Regel ist die auf der Oberfläche schwimmende Essigmutter die aktivste.

**Merke:** Regelmässig umrühren und den Umwandlungsprozess degustativ verfolgen.

## 1.5 Abzug und Lagerung

Der fertige Essig ist noch trüb. Für eine einfache Klärung wird der Essig durch einen Papier-Kaffeefilter gelassen und dann einige Wochen in einer verschlossenen Flasche kalt gestellt. Nach dieser Zeit kann der helle Essig ab dem Trubdepot in Kleinflaschen umgefüllt werden. Diese sind luftdicht verschlossen an einem kühlen, dunklen Ort zu lagern.

Wurde der Essig mit einer Essigmutter hergestellt, wird er für eine längere Lagerung besser auf 80 °C erhitzt und in vorgewärmte Flaschen randvoll aufgefüllt und sofort verschlossen. So entwickelt sich in der Lagerflasche keine neue Essigmutter.

Merke: Den in Kleinflaschen abgefüllten, luftdicht verschlossenen Essig an einen kühlen Ort stellen.

## 1.6 Zusammenfassung in 5 Merkpunkte:

1. Alkoholhaltige Getränke auf 80 °C erwärmen und anschliessend auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.
2. Gärgefäss nur etwa zu zwei Dritteln füllen.
3. Essigkultur oder Anstellesig beifügen, mit Tüchlein/Watte verschliessen (nie luftdicht). Bei 20 – 30 °C stehenlassen.
4. Regelmässig umrühren, Essigbakterien brauchen neben Wärme unbedingt Luft. Säurebildung degustativ verfolgen.
5. Fertigen Essig in Kleinflaschen abfüllen, luftdicht verschliessen und kühl lagern.

## 2. Essigvariationen

Würzige, aromatische Essigspezialitäten verschiedener Geschmacksrichtungen können wir durch Einlegen von Kräutern, Gewürzen, Gemüse oder Beeren in *Essig* selberrnachen. Die Herstellung solcher Spezialitäten ist sehr einfach und preiswert. Sie erfordert etwas Phantasie und die Freude am Experimentieren. Die Mischungsverhältnisse und die Auswahl der Zutaten hängen vom Verwendungszweck und natürlich von der persönlichen Liebhaberei ab. Ob wir von den Zutaten viel oder wenig, einzeln oder kombiniert in den Essig einlegen, entscheiden anfänglich das Gefühl und später die gemachten Erfahrungen. Als Ansatzgefässe eignen sich Einmachgläser, Glas- oder Steingutschüsseln recht gut.

### 2.1 Kräuternessig

Die Blätter und die zarten Stiele frisch gepflückter Kräuter schneiden oder quetschen und in das Ansatzgefäss legen. Die Kräuter mit Essig bedecken und 3 – 5 Wochen an einem kühlen Ort stehenlassen, ab und zu umrühren.

### 2.2 Gemüse- oder Beerernessig

Für Gemüseessig delikate, fein geschnittene Gemüse wie Gurken, Sellerie, Knoblauch, Zwiebeln oder Wurzel- und Fruchtgemüse wie Meerrettich, Paprika und Pfefferschoten verwenden.

Ganze oder geschnittene Himbeeren, Erdbeeren oder Brombeeren eignen sich sehr gut für Beerernessig.

Die vorbereiteten Zutaten in das Ansatzgefäss geben und mit Essig bedecken. Das Gefäss zudecken und ca. 3 – 5 Wochen an einem kühlen Ort stehenlassen, ab und zu vorsichtig umrühren.

### Abfüllen

Nach Ablauf dieser Zeit den Essig durch ein feines Baumwolltuch oder einen Papierkaffeefilter filtrieren, in Flaschen abfüllen, luftdicht verschliessen und kühl lagern. Zur Dekoration können Kräuterzweiglein, wie z. B. Rosmarin, vor dem Auffüllen in die Flaschen gegeben werden.

Nach einer gewissen Zeit kann sich vor allem beim Beerernessig ein natürlicher Bodensatz bilden, welcher die Qualität des Essigs jedoch nicht beeinflusst. Wird bei der Verwendung vorsichtig ausgegossen, bleibt der Satz am Boden. Für eine längere Lagerung wird der Essig in einer Pfanne auf 80 °C erhitzt und in vorgewärmte Flaschen randvoll aufgefüllt und heiss verschlossen.



## 3. Konservieren mit Essig

Die konservierende Wirkung von Essig wurde schon früh genutzt. Durch Einlegen in Essig oder durch zusätzliche Konservierungsmethoden wie z. B. Einkochen oder Pasteurisieren konnten Obst, Gemüse, Kräuter, Fisch und Fleisch haltbar gemacht werden.

Obst, Gemüse oder Kräuter, in Essig eingelegt, sind im Geschmack würzig und erfrischend. Sei es als Appetitmacher, als Beilage oder als Salat, die Verwendung ist sehr vielseitig. Die sauren oder süß-sauren Essigspezialitäten können zu Fleisch-, Wild- oder Fischgerichten oder zu Gschwellten, aber auch in der asiatischen Küche serviert werden. Auch zu Salattellern oder als dekorative Beilage sind sie sehr beliebt.

### 3.1 Ursachen der Verderbs

Natürlicherweise unterliegen die Lebensmittel einem Verderb. Farbe und Aromen gehen verloren, Inhaltsstoffe werden verändert oder zerstört. Diese Qualitätsverluste werden verursacht durch:

#### Enzyme

Sie sind natürliche Bestandteile der Lebensmittel. Enzyme fördern die Oxydation und damit den Abbau von Vitaminen.

#### Kleinlebewesen wie Schimmelpilze und Bakterien

Sie rufen unerwünschte Geschmacksveränderungen hervor und zerstören wichtige Inhaltsstoffe. Einzelne können gesundheitsschädliche Stoffe bilden.

Die Gefahr einer Infektion der Lebensmittel ist während der Verarbeitung sehr gross. Um Qualitätsverluste zu vermeiden, ist die Verarbeitungszeit kurz zu halten. Sauberes Arbeiten ist dabei äusserst wichtig. Das Rohmaterial, die Geräte, Einmachgläser und Arbeitsräume müssen einwandfrei sein.

### 3.2 Konservierende Faktoren

Die Haltbarkeit von Essigspezialitäten ist sehr stark vom Säuregehalt abhängig. Sie wird zudem verbessert, wenn den Kleinlebewesen und Enzymen die Lebensbedingungen durch Wasserentzug oder durch Wärmeeinwirkung zusätzlich erschwert werden.

*Säure: Ein saures Milieu hemmt das Wachstum von Kleinlebewesen und Enzymen. Krankheits-erregende Bakterien können nicht mehr wachsen.*

*Früchte und als Ausnahme die Gemüse Tomaten und Rhabarber haben einen hohen Säuregehalt. Bei Gemüse dagegen ist der Säuregehalt niedrig. Werden sie in unverdünnten, mindestens*

*4,5%igen Essig eingelegt, wird der pH-Wert gesenkt und das Wachstum der Kleinlebewesen in diesem sauren Milieu unterdrückt.*

#### Reduktion des Wassergehaltes

*Wasser ist die Lebensgrundlage für Kleinlebewesen. Wird das frei verfügbare Wasser in den Zellen auf ein Minimum von 12 bis 15% reduziert, können Kleinlebewesen nicht überleben. Bei süß-sauren Essigspezialitäten wird den Lebensmitteln durch die Zugabe von mindestens 20% Zucker Wasser aus den Zellen entzogen (osmotischer Druck) und an Zuckerteile gebunden. Dieselbe Wirkung hat das Einlegen von Gurken in Salz. Das Einkochen der Flüssigkeit reduziert zudem die frei verfügbaren Wassermoleküle.*

#### Wärmeeinwirkung

*Bei einer Wärmeeinwirkung zwischen 80 und 100 °C werden die meisten Kleinlebewesen und Enzyme zerstört. Je saurer das Einmachgut, desto leichter werden die Kleinlebewesen durch die Hitze zerstört. Die Haltbarkeit wird durch die Temperaturhöhe und die Heisshaltezeit bestimmt:*

*längere Heisshaltezeiten bei Lebensmitteln mit niedrigerem Säuregehalt  
kürzere Heisshaltezeiten bei Lebensmitteln mit hohem Säuregehalt.*

### 3.3 Konservierungsmethoden

Durch das Heisseinfüllen oder Pasteurisieren wird die Aktivität der Kleinlebewesen und Enzyme durch die Erwärmung und den luftdichten Verschluss unterbunden. Vitamine und Aromastoffe bleiben weitgehend erhalten.

Essigspezialitäten mit Obst oder Gemüse können mit diesen beiden Konservierungsmethoden haltbar gemacht werden. Beim Heisseinfüllen kann in einem Arbeitsgang eingekocht und erhitzt werden. Beim Pasteurisieren ist der Vorteil, dass die Temperatur länger bei 80 °C gehalten werden kann.

#### 3.3.1 Heisseinfüllen

Heisseinfüllen heisst die Lebensmittel bis knapp unter den Siedepunkt erhitzen, in Gläser füllen, mit kochender Flüssigkeit randvoll aufgiessen und luftdicht verschliessen.

#### Arbeitsvorgang

*In einer grossen Pfanne werden Gläser und Verschlüsse im Wasser mindestens 2 Minuten erhitzt. In einer zweiten Pfanne wird das vorbereitete Einmachgut erhitzt, bis es durch und durch heiss ist.*

*Die Gläser aufstellen. Als Unterlage ein Holzbrett oder Geschirrtuch verwenden. Grössere Gläser können auch in der Pfanne aufgestellt werden.*

*Das heisse Einmachgut randvoll in die Gläser füllen, evtl. Schöpfkelle und Einfülltrichter verwenden. Glasdeckel mit Gummiring sofort auflegen und mit Klammern befestigen. Schraubdeckel gut zudrehen. Gläser heiss abspülen.*

### 3.3.2 Pasteurisieren

Pasteurisieren heisst das Einmachgut in Gläser füllen, Gläser verschliessen und im Wasserbad bis knapp unter den Siedepunkt erwärmen.

#### Arbeitsvorgang

*In einer Pfanne den Sud erhitzen und kurze Zeit kochen lassen.*

*Die vorbereiteten Lebensmittel bis knapp 1 cm unter den Glasrand einfüllen.*

*Den Sud darübergiessen und die Gläser mit Glas- oder Schraubdeckel verschliessen.*

*Gläser in eine weite Pfanne stellen. Sie dürfen sich nicht berühren. Wasser bis zur Höhe der Einmachflüssigkeit dazugiessen. Die Gläser im Wasserbad erhitzen. Hat das Wasser in der Pfanne 80 °C erreicht, wird die Pasteurisationszeit gerechnet. Das Wasser soll perlen. Die Temperatur kann mit einem Thermometer kontrolliert werden.*

*Die Pasteurisationszeit richtet sich nach der Gläser- und Schnittgrösse der Zutaten. Kleine Gläser bis 0,5 dl Inhalt werden mindestens 20 Minuten, grössere bis 1 l Inhalt bis 35 Minuten pasteurisiert. Wird das Gemüse grob geschnitten, so erhöht sich ebenfalls die Pasteurisationszeit.*

## 4. Essigspezialitäten

### 4.1 Rohmaterial

Obst und Gemüse muss frisch, reif, sauber und gesund sein. Versammeltes ist nicht mehr zu verwenden und muss aussortiert werden. Die folgende, unvollständige Liste gibt Hinweise, wofür, welche Früchte oder Gemüse verwendet werden können:

<b>Früchte- oder Gemüseart</b>	<b>Verwendung</b>	
Kernobst:	Äpfel, Birnen, Quitten	Süss-sauer, Chutneys
Steinobst:	Aprikosen, Kirschen, Zwetschgen	Süss-sauer, Chutneys
Beeren:	Brombeeren, Himbeeren	Süss-sauer, Ketchup
Fruchtgemüse:	Tomaten, Zucchini, Gurken	Süss-sauer
Kürbisgewächse:	Kürbisarten, Gurken	Essiggemüse, Essigvariationen
Sprossgemüse:	Sellerie, Fenchel	Essiggemüse
Schoten:	Bohnen, Mais	Essiggemüse
Wurzelgemüse:	Karotten, Rettich, Randen	Essiggemüse, Essigvariationen
Zwiebeln:	Knoblauch, Zwiebeln, Lauch	Essiggemüse, Essigvariationen

### 4.2 Essigsorten

Je nach Vorliebe kann Apfel-, Obst-, Weiss- oder Rotweinessig verwendet werden. Bei hellen Früchten empfiehlt sich, eher einen hellen Essig zu

verwenden. Ein selber hergestellter Kräuter- oder Gemüsessig eignet sich ebenfalls.

### 4.3 Gewürze und Kräuter

Gewürze und frische oder getrocknete Kräuter können nach eigenen Vorlieben und entsprechend der gewünschten Geschmacksrichtung kombiniert werden. Gewürze und Kräuter werden für Essigspezialitäten im Sud gekocht. Intensive Gewürze, wie Nelken oder Lorbeerblätter, werden in ein Stoffsäcklein aus Baumwolle oder Leinen gebunden oder vor dem Einfüllen abgeseibt. Salz und Zucker unterstützen den Geschmack der Gewürze und Kräuter.

### 4.4 Gläser und Pfannen

Geeignet sind Einmachgläser mit Festverschluss wie Glasdeckel oder Schraubdeckel (Twist-off). Sie müssen luftdicht verschliessen. Die verwendeten Gläser und Deckel müssen ohne Materialfehler und absolut sauber sein. Luftzutritt hätte unweigerlich Gärung oder Verschimmelung des Inhalts zur Folge. Die Gläsergrösse ist vom Verbrauch abhängig. Von Vorteil werden jedoch kleine Gläser verwendet.

Geeignet sind weite, säurefeste Pfannen, z. B. aus Chromstahl oder Email. Kupferpfannen sollten nicht verwendet werden, sie sind nicht säurefest. Schöpfkelle, Einfülltrichter und Thermometer erleichtern die Einmacharbeit.

### 4.5 Beschriftung

Inhaltsangabe und Einfülldatum erleichtern die Lagerkontrolle. Jedes Glas mit einer Etikette versehen oder die noch heissen Gläser mit Ölkreide (Neocolor) beschriften. Werden die Essigspezialitäten verkauft, so gelten die gesetzlichen Auflagen und Bestimmungen der Lebensmittelverordnung.

### 4.6 Lagerung/Haltbarkeit

Die Gläser nach dem Erkalten auf luftdicht verschlossene Deckel kontrollieren. Bei Schraubdeckeln aus Metall ist die Deckelmitte leicht nach unten gewölbt (Vakuum). Essigspezialitäten schmecken nach einigen Wochen erst richtig gut; deshalb nicht sofort verwenden, sondern an einem kühlen Ort lagern. Einwandfreie Essigspezialitäten sollen höchstens 1 Jahr, bei ungünstigen Lagerverhältnissen entsprechend weniger lang gelagert werden. Am besten wird der Vorrat jährlich erneuert. Einmal geöffnete Gläser sollten im Kühlschrank aufbewahrt und rasch aufgebraucht werden.



## 5. Rezepte

### 5.1 Essiggemüse: Allgemeines

In Rezepten mit Gemüse sind die Essig- und Zuckerangaben genau zu beachten! Wird der Essig bei Gemüse mit Wasser oder Wein gemischt, muss der Essiganteil mindestens doppelt so gross sein wie der Wasser- oder Weinanteil.

**Verhältnis Essig : Wasser      mindestens 2:1**

Essiggemüse sind Gemüse in einer pikant gewürzten Einmachflüssigkeit. Für die Einmachflüssigkeit Essig, Wasser, Gewürze und Kräuter in eine Pfanne geben und 10 Min. kochen. Beiseite stellen.

Das Gemüse je nach Rezept vorbereiten, in Gläser bis 1 cm unter den Rand einfüllen. Gewürze evtl. aus der Einmachflüssigkeit entfernen. Das Gemüse mit der Einmachflüssigkeit bedecken. Gläser mit Deckel verschliessen und anschliessend in einer weiten Pfanne pasteurisieren.

Sobald die Temperatur von mindestens 80 °C erreicht ist, wird die Pasteurisationszeit gerechnet. Nach der Erwärmung Gläser aus der Pfanne herausnehmen und abkühlen lassen.

#### 5.1.1 Mixed Pickles

500 g Gemüse: Geeignet sind z. B. Peperoni, Karotten, Blumenkohl, Bohnen, Zwiebeln.

5 dl Essig

2 dl Wasser

1 Teelöffel Salz, 1 Prise Zucker, Pfefferkörner, Senfkörner, Koriander

Gewürzbeutel mit: 1 – 2 Lorbeerblätter und 3 – 5 Nelken

Einmachflüssigkeit vorbereiten.

Gemüse rüsten und zerkleinern. Weiches Gemüse, wie z. B. Peperoni, roh in die Gläser füllen, festere Sorten jede für sich im Salzwasser knapp weichkochen. Herausnehmen und einzeln oder gemischt in Gläser einfüllen.

Gewürzbeutel aus der Einmachflüssigkeit herausnehmen. Das Gemüse mit der Einmachflüssigkeit bedecken. Gläser mit Deckel verschliessen. Pasteurisieren.

#### 5.1.2 Cornichons (kleine Essigurken)

Die Gurken enthalten sehr viel Wasser. Werden die Gurken vor der Pasteurisation in Salzwasser eingelegt, werden sie knackiger und in der Farbe intensiver.

### 1. Tag

500 g kleine Gurken, Wasser und 50 g Salz

Wasser mit Salz aufkochen. Beiseite stellen.

Die Gurken mit einem Tuch oder einer Bürste abreiben und mit einer Nadel mehrmals einstechen. Die Gurken mit dem Salzwasser bedecken. Kühlstellen.

### 2. Tag

6 dl Essig, 1,5 dl Wasser

nach Belieben 1 – 2 Teelöffel Zucker, Pfefferkörner, Dill

Einmachflüssigkeit vorbereiten.

Die Gurken aus dem Salzwasser nehmen und in Gläser füllen. Das Gemüse mit der Einmachflüssigkeit bedecken. Gläser mit Deckel verschliessen. Pasteurisieren.

#### 5.1.3 Essigpilze

500 g Pilze: Geeignet sind Champignons, Eierschwämme, Morcheln.

10 – 12 Perlzwiebeln

5 dl Essig

2 1/2 dl Wasser

1 Teelöffel Salz, 1/4 Teelöffel Zucker, 1 Teelöffel Pfefferkörner, 1 – 2 Lorbeerblätter, 1/2 Teelöffel Thymian, 1/2 Teelöffel Estragon, 1/2 Teelöffel Rosmarin

Einmachflüssigkeit vorbereiten.

Pilze und Perlzwiebeln rüsten, ganz lassen oder je nach Grösse halbieren oder vierteln. Jedes Gemüse für sich im Salzwasser knapp weichkochen. Die Perlzwiebeln mit einer oder mehreren Pilzsorten in Gläser einfüllen. Lorbeerblätter aus der Einmachflüssigkeit herausnehmen. Das Gemüse mit der Einmachflüssigkeit bedecken. Gläser mit Deckel verschliessen. Pasteurisieren.

#### 5.2 Süss-saures und Pikantes

Früchte werden in einer süss-sauren Einmachflüssigkeit eingemacht. Der Zuckeranteil kann nach Belieben reduziert werden, wobei die Einmachflüssigkeit entsprechend dünnflüssiger und weniger süss wird.

Die Einmachflüssigkeit mit den Gewürzen in einer Pfanne kochen und je nach Rezept zu Sirupdicke einkochen. Das Obst vorbereiten. Gewürze aus der Einmachflüssigkeit herausnehmen. Das Obst portionenweise zur Einmachflüssigkeit geben und erhitzen, bis es durch und durch heiss ist, und, wie auf Seite 9 beschrieben, heiss einfüllen.

### 5.2.1 Süss-saure Früchte

1 kg Früchte: Geeignet sind z. B. Äpfel, Aprikosen, Birnen, Kirschen, Melonen, Pfirsiche, Pflaumen, Trauben, Zwetschgen.

5 dl Essig

750 g Zucker

Gewürzbeutel:

4 Gewürznelken, 1 Zimtstengel, 1 Stück Zitronenschale, 1 Lorbeerblatt, 6 Pfefferkörner, zerdrückt, 1 cm langes Stück Ingwerwurzel

Einmachflüssigkeit ca. 15 Min. zu Sirupdicke einkochen.

Melonen schälen und mit dem Pariserlöffel kleine Kugeln ausstechen. Äpfel, Birnen und Pfirsiche geschält in Stücke oder Schnitze schneiden. Aprikosen und evtl. auch Zwetschgen halbieren. Kirschen, Pflaumen und Traubenbeeren ganz lassen, mit einer Nadel ein- oder zweimal einstechen.

Die Früchte in den heissen Sirup geben.

Heiss einfüllen.

### 5.2.2 Zimtäpfel

Diese süss-saure Spezialität wird mit ganzen Äpfeln zubereitet. Dazu eignen sich Sorten wie z. B. *Usteräpfel* oder *Gala*. Das Rezept reicht ca. für 2 ein Liter Gläser.

1,2 kg sehr kleine Äpfel (10 – 12 St.)

1,2 l Wasser

3 dl Essig

400 g Zucker

1 Zitrone, Saft und Schale, 2 ganze Nelken, 2 Zimtstengel

Zitrone halbieren und auspressen. Zitronenschale in grobe Stücke schneiden, die Nelken hineinstecken und mit Wasser, Essig, Zucker, Zitronensaft und Zimtstengeln 15 Minuten kochen.

Die Äpfel schälen, Fliege herauschneiden.

Die Äpfel in die heisse Einmachflüssigkeit geben.

Heiss einfüllen.

### 5.3 Würzige Saucen

Die Gemüse-Obst- Mischung wird vor dem Heisseinfüllen eingekocht. Ketchup wie Chutneys werden kalt serviert. Obst und Gemüse je nach Rezept vorbereiten und in einer Pfanne weichkochen.

Mit Essig, Zucker und Gewürzen wird die Mischung so lange bei schwacher Hitze gekocht, bis die Masse dickflüssig ist. Damit sie nicht anbrennt, mehrmals rühren. Mehr als 1 kg Obst oder Gemüse sollte nicht auf einmal

eingekocht werden. Bei grösseren Mengen verlängert sich die Einkochzeit. Die dickflüssige Masse randvoll in kleine Gläser oder Flaschen füllen. Darauf achten, dass der Rand sauber bleibt. Einmachgefäss verschliessen und abkühlen lassen.

Das Heisseinfüllen wird auf Seite 9 beschrieben.

### 5.3.1 Tomatenketchup

150 g Zwiebeln

2 Knoblauchzehen

1 kg Tomaten

2 Äpfel

Die Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und zerkleinern. Die Tomaten in Viertel schneiden und die Äpfel mit der Röstiraffel reiben. Zusammen weichkochen, mixen und durch ein Sieb streichen. Beiseite stellen.

1 dl Essig

1 Teelöffel Salz, 1 Messerspitze Cayennepfeffer, 1/2 Teelöffel Paprika, Oregano, Rosmarin, Thymian, 3 Esslöffel Zucker

Essig mit den Gewürzen aufkochen, den Zucker darin auflösen. Das Tomatenmark begeben, dickflüssig einkochen.

Heiss einfüllen.

### 5.3.2 Früchte-Chutney

1 kg Früchte: Geeignet sind z. B. Äpfel, Birnen, Aprikosen, Pfirsiche, Pflaumen, Zwetschgen, Brombeeren, Stachelbeeren.

250 g Zwiebeln

1 Teelöffel Gewürzmischung aus: Salz, Pfeffer, Ingwer, Zimt

1 dl Essig

1 dl Wasser

Je nach Bedarf die Früchte schälen oder häuten, die Zwiebeln schälen. Früchte und Gemüse in kleine Würfelchen schneiden und in eine Pfanne geben. Essig und Wasser dazugiessen und 15 Min. kochen, bis die Zutaten weich sind. Ist die Mischung zu trocken, noch etwas Essigwasser zufügen.

4 dl Essig

1 dl Wasser

125 g Rohrzucker

Essig und Wasser in einer weiteren Pfanne erwärmen. Den Zucker darin auflösen und zur vorbereiteten Obst-Gemüse-Mischung geben. Die Masse so lange einkochen, bis sie die Festigkeit eines dicken Gelees hat.

Heiss einfüllen.



### 5.3.3 Gemüse-Chutney

1,2 kg Gemüse: Geeignet sind z. B. Auberginen, Peperoni, Tomaten, Zucchetti.

200 g Zwiebeln	2 Knoblauchzehen
2 Äpfel	2 dl Essig
1 dl Wasser	1/2 Teelöffel Salz
1 Prise Ingwer	1 Messerspitze Safran
1 Messerspitze Curry	

Zwiebeln, Knoblauchzehen und Äpfel schälen, mit dem Gemüse in kleine Würfelchen schneiden und in eine Pfanne geben. Essig, Wasser und Gewürze beifügen und 15 Min. kochen, bis die Zutaten weich sind. Ist die Mischung zu trocken, noch etwas Essigwasser zufügen.

3dl Essig	1 dl Wasser
100 g Rohrzucker	150 g Sultaninen

Essig und Wasser in einer weiteren Pfanne erwärmen. Den Zucker darin auflösen und zur vorbereiteten Gemüsemischung geben. Sultaninen zugeben. Die Masse so lange einkochen, bis sie die Festigkeit eines dicken Gelees hat.

Heiss einfüllen.

---

### Weitere Informationen

Die SVOT hat noch weitere, praktische Anleitungen zum Konservieren und über die Herstellung von Obst- und Beerensäften:

- ✓ *Frischlagerung von Obst und Kartoffeln*
- ✓ *Dörren von Obst, Gemüse und Kräutern*
- ✓ *Heisseinfüllen und Sterilisieren*
- ✓ *Einfrieren von Lebensmitteln*
- ✓ *Traubensäfte*
- ✓ *Von der Frucht ins Glas*
- ✓ *Beerensäfte*
- ✓ *Früchterezepte*

Bestelladresse:

**SVOT**  
**Meiholzstrasse 9**  
**8913 Ottenbach**

**Fax 01 776 29 41 Tel. 079 415 25 27**