

nimmt man 14 *dkg* Streuzucker, mischt Zucker und Früchte, füllt sie so dicht als möglich in die Gläser und sterilisiert sie. Heidelbeeren können auch ohne Zucker sterilisiert werden. Brombeeren, Johannisbeeren, Stachelbeeren, Holunder und Himbeeren sind gleich zu bereiten.

Kirschen. Sowohl süße als auch saure Kirschen eignen sich zum Sterilisieren. Da die lichten Kirschen leicht die Farbe verlieren und dann im Glase nicht gut aussehen, wählt man besser dunkle. Die Kirschen befreit man entweder vom Stiel, oder man läßt denselben gekürzt daran und füllt sie so dicht als möglich in Gläser. Dann gibt man Zuckerslösung über die Kirschen und sterilisiert sie. Marillen und Pfirsiche werden gleich behandelt.

Zwetschen als Brünellen. Reife, feste Zwetschen werden geschält und in Zuckersirup oder Wasser gelegt. Man füllt die Gläser gut voll und sterilisiert sie.

Zwetschen zu Kuchen. Die reinen Zwetschen schneidet man in Hälften, entfernt die Kerne, schichtet sie möglichst fest, mit der Schale nach oben, in Gläser, streut etwas Zucker dazwischen und sterilisiert sie.

Birnen und Äpfel werden geschält und mit Zuckersirup oder Wasser wie anderes Obst sterilisiert.

Das Sterilisieren von Gemüsen.

Bohnen. Von frischen Bohnen zieht man die Fäden ab, wäscht sie und läßt sie lang oder schneidet sie nach Belieben. Nachdem sie in Salzwasser 3 Minuten gesotten haben, füllt man die Bohnen in reine Sterilisiergläser. Auf ein Zweiliterglas nimmt man 1 Teelöffel voll Salz, füllt das Glas mit frischem Wasser und sterilisiert die Bohnen 100 Minuten bei 100° C.

Alle Gemüse und Pilze werden gleich bereitet, aber Blumenkohl und Erbsen werden nur eine Minute in Salzwasser gesotten.

Das Trocknen von Obst und Gemüsen nach Fachlehrer Otto Brüders.

Das Dörren von Obst.

Alle Früchte können getrocknet werden. Ein schmackhaftes Dörrobst kann man natürlich nur aus solchen Früchten herstellen, die schon im rohen Zustande einen guten Geschmack besitzen.

Kirschen. Die fleischigen Kirschen sind besser zum Dörren als die saftigen. Die möglichst vollreifen Früchte läßt man zunächst an der Sonne oder bei gelinder Wärme in der Obstdörre oder am Sparherd etwas vortrocknen, bis die Früchte eingeschrumpft sind. Dann entfernt man die Stiele und legt die Früchte so nebeneinander auf die Dörrehürden, daß die Stielöffnungen nach oben gerichtet sind, sonst entstehen Verluste durch Austropfen des Saftes. Kirschen müssen bei gelinder Wärme langsam trocknen. Die Steine beläßt man oder entfernt sie, bevor die Früchte vollständig getrocknet sind. Letzteres ist notwendig, wenn man die trockenen Kirschen als Ersatz für Rosinen verwenden will.

Seidelbeeren. Die gut ausgereiften Früchte werden gewaschen, von etwa anhaftenden Blättchen befreit und dünn an der Sonne ausgebreitet, damit sie welk werden, worauf man sie auf Dörrehürden mit engmaschigem Drahtgeflecht oder auf mit Papier ausgelegten Backblechen an der Sonne fertig trocknet. Rohe, getrocknete Schwarzbeeren wirken stopfend. In Wasser eingeweicht und darin gekocht, können sie zu Soßen u. dgl. verwendet werden.

Birnen. Halbreife oder heruntergefallene Birnen sind zum Dörren besonders geeignet, ganz reife oder gar überreife dagegen hiefür unverwendbar. Die Früchte werden je nach Größe halbiert oder in 4 bis 6 Teile zerlegt. Will man eine feinere Dörrware erzielen, so werden die Birnen vorher geschält. Die zerschnittenen Stücke wirft man sofort in eine Schüssel mit frischem Wasser, damit die Schnittflächen nicht braun und unansehnlich werden, bringt sie dann in einen mit Einsatz versehenen Kochtopf (Kartoffeldämpfer) und dämpft etwa 10 Minuten.

Die so behandelten Birnen trocknen leichter, erhalten ein schöneres Aussehen und haben einen größeren Wohlgeschmack. Dann werden die Stücke auf Dörrehürden oder mit Papier ausgelegte Backbleche gebreitet, die man an die Sonne oder nach dem Kochen auf die nicht mehr zu heiße Platte des Sparherdes oder ins Rohr stellt. Hier werden die Birnen bei mäßiger Hitze mehrmals umgewendet und fertig getrocknet, bis sie sich nicht mehr ganz weich anfühlen. Doch dürfen sie auch nicht zu hart werden.

Die Birnen kann man auch auf Schnüre ziehen und an einer recht warmen Mauer zum Trocknen an der Sonne wagrecht aufhängen. Von 100 *kg* Birnen erhält man 13 bis 15 *kg* Trockenware.

Äpfel. Von dieser Obstart kann man unreifes Fallobst oder

Früchte nicht haltbarer Sommer- oder Herbstsorten verwenden. Die Äpfel werden geschält, in Stücke geschnitten, die man auf Schnüre aufzieht und zum Trocknen an der Sonne aufhängt oder auf Dörrehürden oder auf mit Papier ausgelegten Backblechen an die Sonne stellt oder im Rohr bei nicht zu großer Wärme trocknet. Das Kerngehäuse kann nach dem Schälen auch mit einem Kernausstecher beseitigt werden, wodurch man ein feineres Erzeugnis erhält. Schalen und Kerngehäuse können mit Vorteil für die Herstellung von Obstsulz verwendet werden. Beim Trocknen in der Herddörre oder im Rohr des Sparherdes ist darauf zu achten, daß die dünnen Scheiben nicht ganz hart getrocknet werden, weil sie sonst sehr leicht anbrennen und dann einen schlechten Geschmack annehmen.

Zwetschen. Die reifen Früchte werden bei schöner, trockener Witterung zunächst einige Tage an der Sonne ausgebreitet, damit möglichst viel Wasser verdunstet, oder man trocknet sie, die Stielöffnungen nach oben gerichtet, gleich auf Obsthürden. Unter wiederholtem Wechseln des Standortes werden die Zwetschen langsam getrocknet, bis sie zwar fest, aber nicht hart geworden sind.

Das Dörren von Gemüse.

Erbisen, junge Karotten, Kohlrabi, Blumenkohl, Zwiebeln, Pilze und Küchenkräuter kann man trocknen. Zum Trocknen sollte man nur zartes, frisches Gemüse verwenden. Altes, überständiges, holziges Gemüse ergibt eine schlechte Dörrware. Die meisten Gemüse werden erst gedämpft und dann an der Sonne, auf der Herdplatte, im Ofenrohr oder in der Herddörre getrocknet.

Das Dämpfen der Gemüse. Hat man keinen Gemüsedämpfer, so hängt man ein Haarsieb in einen gut verschließbaren Topf und bringt in demselben etwas Wasser zum Sieden, so daß die Gemüse den heißen Wasserdämpfen ausgesetzt sind. Durch das Dämpfen wird der heuartige Geschmack und eigenartige Geruch der Dörrgemüse vermieden.

Das Trocknen an der Sonne. Man legt die gedämpften Gemüse auf ein reines Tuch oder auf ein mit Papier belegtes Blech oder auf eine Hürde an die Sonne und wendet sie einigemal. Ganze Bohnen u. dgl. kann man auf Schnüre reihen und an der Sonne trocknen.

Das Trocknen auf der Herdplatte. Wenn die Sonne nicht scheint, stellt man die auf Hürden gelegten Gemüse auf die nicht

zu heiße Herdplatte oder auf einem Blech ins Rohr. Das Ofenrohr läßt man ein wenig offen, damit die feuchte Luft jederzeit entweichen kann.

In der Herbdörre. Wer eine solche besitzt oder die Kosten der Anschaffung nicht scheut, kann das Trocknen aller Gemüsearten auf bequeme Weise durchführen. Die Dörren werden mit Gemüse beschichtet und gleich nach dem Kochen oder während desselben auf die Platte des Sparherdes gestellt. Jede Viertelstunde müssen die Hürden verschoben oder ausgewechselt werden.

Die Vorbereitung der verschiedenen Gemüsearten.

Erbsen werden enthülst, mit Wasser abgespült, 5 Minuten gedämpft und getrocknet.

Die Hülsen der Erbsen werden an der Sonne gedörst und finden im Winter als Beigabe zu Suppen eine sehr gute Verwertung.

Junge Karotten werden abgeschabt, nudlig oder in dünne Scheiben geschnitten, 6 Minuten gedämpft und langsam getrocknet.

Kohlrabi werden geschält, nudlig oder in dünne Scheiben geschnitten, 10 Minuten gedämpft und langsam getrocknet. Die jungen Kohlrabiblätter werden 5 Minuten gedämpft und getrocknet.

Bohnen. Die Schoten werden gepuzt, entfädert, der Länge nach durchgeschnitten, 5 bis 7 Minuten gedämpft und, flach ausgebreitet, langsam getrocknet. Kleine Schoten werden nicht zerschnitten.

Zwiebeln werden von ihren äußersten Schalen befreit, in 6 bis 9 mm dicke Scheiben geschnitten und langsam an der Sonne getrocknet.

Pilze müssen zunächst gewaschen und gepuzt werden. Dann schneidet man sie in gleichmäßige Stücke und trocknet sie in der heißen Sonne oder auf dem Sparherd nicht zu langsam.

Küchenkräuter. Petersilie, Porree, Sellerieblätter werden sauber gewaschen, dünn ausgebreitet und langsam getrocknet.

Über das Kochen von Dörrgemüsen. Das Dörrgemüse wird in lauwarmem Wasser abgewaschen und einige Stunden vor dem Gebrauch zum Aufquellen in kaltes Wasser gegeben. Auf 10 dkg Dörrgemüse rechnet man 2 l kaltes Wasser. Beim Kochen wird das Dörrgemüse wie frisches behandelt.

Das Dörren von Apfelschalen.

Die Apfelschalen werden dünn auf einem Blech ausgebreitet und an der Sonne oder in der Röhre gedörrt. Aus denselben bereitet man den gesunden Apfelschalentee.

Apfelschalentee. Frisches Wasser wird zum Sieden gebracht und die Apfelschalen hineingegeben. Diesen Tee läßt man zugedeckt längere Zeit sieden, gießt ihn ab und bringt ihn heiß oder kalt zu Tisch. Sehr gut ist neben Zucker eine Beigabe von Zitronensaft.

Das Einsäuern von Gemüse.

Das Einsäuern von Gemüse ist bestens zu empfehlen. Auf diese Weise haltbar gemachtes Gemüse macht eine Milchsäuregärung durch, infolge deren es für unsern Körper bekömmlicher wird. Gekochtes Kraut wird z. B. vielfach von Leuten mit empfindlichem Magen nicht vertragen, während richtig hergestelltes Sauerkraut von den gleichen Personen ohne Nachteil genossen werden kann. Die gleiche Beobachtung macht man bei Gurkensalat und sauren Gurken.

Zum Einsäuern eignen sich Weiß- und Rotkraut, Kohl, weiße Rüben, Kohlrabi, Gurken und Bohnen. Das beste eingesäuerte Gemüse ist das Weißkraut; es ist als Sauerkraut wohl das volkstümlichste Wintergemüse, das weder auf dem Tisch des Armen noch des Reichen fehlt. In diesem Winter wird das Sauerkraut eine noch größere Rolle spielen als bisher, und wir sollten von diesem wohl-schmeckenden und bei richtiger Bereitung auch lange haltbaren Nahrungsmittel so viel wie nur irgend möglich herstellen. In manchen Gegenden Deutschlands wird zur Sauerkrautbereitung auch Rotkraut verwendet. Fein gehobelter und wie Sauerkraut eingemachter Kohl gibt gleichfalls ein gutes Wintergemüse.

Sauerkraut.

Zur Sauerkrautbereitung sollte man möglichst feste, weiße Krautköpfe verwenden, denn die Güte der Ware hängt von der Beschaffenheit der Köpfe ab. Das geerntete Kraut soll, von den äußeren Blättern befreit, auf einem Haufen, der mit sauberen Säcken, Stroh u. dgl. zugedeckt wird, an einem kühlen, lustigen Orte ungefähr 8 Tage liegen,