



# Fruchtige Genüsse

Marmeladekochen ist gar nicht schwer. Selbstgemachte schmeckt besser und macht beim Frühstück mehr Spaß

Gekocht von Martina Meuth und Bernd Neuner-Duttenhofer, aufgeschrieben von Bianca Winze

Wenn Martina Meuth und Bernd Neuner-Duttenhofer Marmelade kochen, sind sie kreativ: „Wir geben gerne noch einen Schuss Likör oder Schnaps, Kräuterblättchen oder Nüsse dazu“

Was gibt es Schöneres als ein gemütliches Frühstück Sonntag morgens. Mit Brötchen, frisch gepresstem Orangensaft, Croissants. Etwas fehlt noch. Etwas, das den Genuss vollkommen macht. Richtig – ein Klecks von dieser fruchtigen Marmelade, die so lecker nach Sommer schmeckt – nach Sonne und reifen Früchten.

Die fruchtige Leckerei haben wir einem schottischen Ehepaar zu verdanken. Um 1700 legte in der Hafenstadt Dundee ein spanisches Handelsschiff an. An Bord waren jede Menge überreifer Bitterorangen. Ein Kaufmann erstand sie für wenig Geld und da seine Frau nicht wusste, was sie mit diesen vielen ungenießbaren Früchten machen sollte, kochte sie diese mit sehr viel Zucker ein.

Die Natur bietet eine große Auswahl an frischem Obst. Also, schwingen Sie den Kochlöffel und kochen Ihre eigene Marmelade. Die schmeckt nicht nur nach mehr, sondern macht beim Frühstück auch mehr Spaß – versprochen!

Dafür viele praktische Tipps und Rezeptideen (siehe unten) haben Martina Meuth und Bernd Neuner-Duttenhofer. Das Ehepaar besitzt ein Apfelgut im Nordschwarzwald, schreibt Kochbücher und hat eine eigene Kochsendung. „Wie

gut eine selbstgemachte Konfitüre schmecken kann, weiß keiner, der nur die gängige Massenware der Industrie kennt“, sagt Martina Meuth.

Was sie als Konfitüre bezeichnet, ist im deutschen Sprachgebrauch als Marmelade bekannt und gebräuchlich. Obwohl das laut EU seit einigen Jahren nicht mehr

## Rezepte

### Cassis-Gelee

Schwarze Johannisbeeren polarisieren: Entweder liebt man diese schwarzen, intensiv schmeckenden Beeren oder man lehnt sie ab. Sie enthalten sehr viel Pektin\*, deshalb braucht man das Gelee nur kurz zu kochen, bis es eine angenehme Konsistenz hat.

#### Zutaten für 8–10 Gläser à 200 g:

1,5 l Saft von schwarzen Johannisbeeren (gewonnen aus ca. 2,8 kg Früchten),  
1,2 kg Zucker, ½ Zitrone

Saft aufkochen, Zucker und den Zitronensaft zufügen. Fünf Minuten sprudelnd kochen, dann hat sich der Schaum gelegt und die Masse glänzt. Gelierprobe!

Birnen schälen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und die Früchte in feine Scheibchen schneiden. In den Kessel füllen, sofort mit Zitronensaft vermischen, damit sie sich nicht verfärben.

Den Zucker unterrühren, alles mit einem Holzlöffel gründlich verrühren, bis die Früchte Saft ziehen. Dann aufs Feuer setzen und rasch zum Kochen bringen. Immer wieder rühren. Nach etwa fünf Minuten die abgezapften Johannisbeeren unterrühren. Nach weiteren fünf Minuten, wenn die Masse klar geworden ist, eine Gelierprobe machen. Sobald sie zufriedenstellend ausfällt, den Vanillezucker einrühren, nochmals aufkochen und heiß abfüllen.

### Quittenkonfitüre mit Walnüssen

#### Zutaten für 8–10 Gläser à 200 g:

3 kg Quitten, 1 ½ Zitronen, 200 g plus ca. 1,2 kg Zucker, 200 g Walnusskerne

Die Quitten waschen, mit einem festen Tuch oder einer Bürste abreiben, damit auch der feine Pelz entfernt wird. Quitten

in Stücke schneiden. Zwei Drittel davon mit einem guten Schuss Wasser, Saft einer Zitrone und 200 g Zucker am besten im Schnellkochtopf in 15 Minuten weich kochen. Durch die flotte Lotte passieren. Aus dem restlichen Drittel Saft herstellen: In den gelochten Einsatz füllen, Saft einer halben Zitrone und 2 gehäufte EL Zucker darübergeben. Auf Schonstufe etwa eine halbe Stunde entsaften.

Den Saft mit dem Quittenmus mischen. Diese Mischung abwägen, auf je 1 kg / 600 g Zucker rechnen. In den Einkochkessel füllen und aufkochen, dabei ständig rühren, bis der Zucker aufgelöst ist. Die grob gehackten Walnusskerne unterrühren. Noch einige Minuten kochen, bis zur Gelierprobe.

### Williamsbirne mit roten Johannisbeeren

#### Zutaten für 8–10 Gläser à 200 g:

2 kg reife Williamsbirnen, 1 Zitrone,  
1,6 kg Zucker, 500 g rote Johannisbeeren,  
1 Pck. Bourbonvanillezucker

### Erdbeerkonfitüre mit Orangenduft und Campari

Das Bittere vom Campari passt herrlich zur fruchtigen Süße von Erdbeeren. Und der Orangenduft gibt den letzten Kick. Unbedingt vollreife, duftende



korrekt ist. Per Verordnung dürfen offiziell nur Fruchtaufstriche aus Zitrusfrüchten den Namen Marmelade tragen. Alles andere ist Konfitüre. Gelee wird aus Fruchtsaft gemacht. Händler, die ausschließlich an Endverbraucher verkaufen, wie auf Märkten oder in Hofläden, dürfen sie übrigens weiter Marmelade nennen.

„Wir verwenden üblichen Haushaltszucker ohne Zusätze und Geliermittel“, erzählt Meuth. Handelsüblicher Gelierzucker mache die Marmelade trüb und milchig und schmecke auch nicht so gut. „Etwas Zitronensaft genügt eigentlich immer“, so Bernd Neuner-Duttenhofer. Zum Einkochen eignet sich am besten ein

großer Kessel aus Kupfer oder Messing. Für drei Kilo Obst sollte er acht bis zehn Liter fassen, denn beim Kochen bildet sich Schaum, der schnell überkocht. Kupfer oder Messing sind gute Wärmeleiter und verhindern eine Oxidation. Dadurch werden Farbe und Vitamine geschont. Der Nachteil: Solche Kessel sind meist nur für Gasherde geeignet.

„Wie lange die Marmelade kochen muss, hängt von der Reife des Obstes ab und wie fest man sie haben möchte“, weiß Martina Meuth. Um die Konsistenz zu testen, hilft eine Gelierprobe. Dazu einen Tropfen Marmelade auf einen Teller geben und kurz abkühlen lassen. Wenn er nicht verläuft, ist sie gut. Ansonsten die Masse noch einige Minuten kochen lassen. Zum Umrühren eignet sich ein Holzlöffel oder Silikonschaber, da der Zucker sehr heiß wird.

Vorsicht ist beim Abfüllen der Marmelade geboten. „Bindet man ein feuchtes Tuch ums Glas, verbrennt man sich nicht die Finger“, rät die Expertin. Ideale Gefäße sind Schraubgläser, die man nach dem Verschließen auf den Kopf stellt, damit die Luft entweicht und der Inhalt steril wird. Die Gläser sollten es möglichst auch sein – deswegen entweder vorher abkochen oder in die Spülmaschine stecken.

Daheim in Deutschland bedankt sich für die Unterstützung bei M. Meuth und B. Neuner-Duttenhofer, Neunthausen 45, 72172 Sulz-Hopfau, [www.apfelgut.de](http://www.apfelgut.de)

Früchte dafür nehmen! Sie gelieren nur schwach, deshalb wird der Saft zuvor erst mal ein wenig eingekocht, bevor die Früchte hinzukommen.

#### Zutaten für 8–10 Gläser à 200 g:

2 kg duftende, reife Erdbeeren, 1,6 kg Zucker, 1 ½ Zitronen, Schale von 1 Orange, 4 cl Campari

Früchte ganz kurz waschen, auf keinen Fall im Wasser liegen lassen, sehr gut abtropfen. Die Kelche herauszupfen, die Erdbeeren in Scheibchen schneiden, kleine Früchte nur vierteln. Zunächst mit der Hälfte des Zuckers gut vermischen. Zwei, drei Stunden stehen lassen, danach den Saft durch ein Sieb in den Einkochkessel gießen. Zum Kochen bringen, den restlichen Zucker zufügen, zehn Minuten kochen. Erst jetzt die Früchte sowie den Zitronensaft zufügen. Alles Weitere zehn, eventuell sogar 15 Minuten kochen. Gelierprobe machen! Erst in die abfüllbereite Masse den Campari gießen sowie die Orangenschale hineinreiben.

#### Chilikonfitüre

Sie gehört natürlich nicht aufs Frühstückbrötchen, sondern man genießt die Chilikonfitüre zu gereiftem Bergkäse. Sie passt aber auch zum Grillfleisch oder zum gekochten Schinken. Die Chilis müssen zunächst entkernt werden. Dafür unbedingt Handschuhe anziehen, am besten die hauchdünnen Chirurghandschuhe aus der Apotheke. Denn das Capsaicin, das die Chilis scharf (und wertvoll für die Medizin) macht, greift die Haut an, die Hände brennen wie Feuer.

#### Für 8–10 Gläschen à 100 g:

1,3 kg Chilis, 750 g Zucker, Saft einer Zitrone

Die Chilis halbieren, Stiel und Kerne entfernen. Danach 75 Prozent des Gewichts Chili an Zucker abwägen, die Chilis damit gut vermischen und Saft ziehen lassen. Erst dann aufkochen und etwa fünf bis acht Minuten leise köcheln. Gleich Zitronensaft unterrühren – der hilft, besser zu gelieren und schont ebenfalls die Farbe. Nach fünf

Minuten mit dem Pürierstab alles grob zerkleinern. Sobald die Gelierprobe die richtige Konsistenz signalisiert, die Konfitüre in kleine Gläschen füllen, heiß verschließen.

#### Pflaumen mit Ingwer

Statt der hellroten Pflaumen sind auch Renekloten oder Zwetschgen dafür gut geeignet.

#### Für ca. 8–10 Gläser à 200 g:

2 kg Pflaumen (entsteint gewogen), 1,2 kg Zucker, Schale und Saft von 1 ½ Zitronen, 1 walnussgroßes Stück Ingwer

Die Pflaumen entsteinen und in Stücke schneiden, mit dem Zucker vermischen und eine halbe Stunde Saft ziehen lassen. Dann rasch zum Kochen bringen, etwa acht bis zehn Minuten kochen, bis der Schaum sich wieder gelegt hat. Zitronenschale und -saft zufügen, sowie den sehr fein gewürfelten Ingwer. Weitere fünf Minuten köcheln. Nach der Gelierprobe abfüllen.

## Heimisches Obst fürs Glas



**Apfel.** Die (Haupt-)Erntezeit ist von August bis Oktober. Je nachdem, welche Sorte Sie verwenden, wird die Marmelade süßer oder eher säuerlich



**Brombeere.** Die Beeren sind reif im August und September. Brombeer-Marmelade schmeckt mit einem Spritzer Zitrone versetzt wunderbar



**Erdbeere.** Juni/Juli ist Erdbeerzeit. Die süßen Früchtchen lassen sich nahezu mit allem kombinieren. Gut schmeckt Marmelade mit Banane, Vanille oder Kiwi



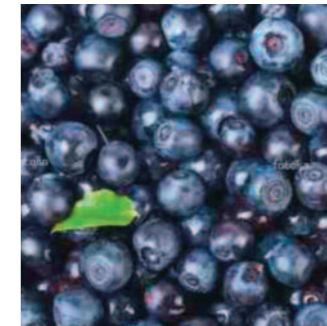
**Quitte.** Die von September bis November geernteten Früchte geben gekocht in der Marmelade einen aromatischen Geschmack, sonst sind sie sehr bitter



**Süß- und Sauerkirsche.** Für Marmelade eignen sich Sauerkirschen (Juli/August) besser als Süßkirschen (Juni bis August)



**Stachelbeere.** Wer es sauer mag, ist mit der Stachelbeere gut bedient. Zeit zum Marmelademachen haben Sie von Juni bis August



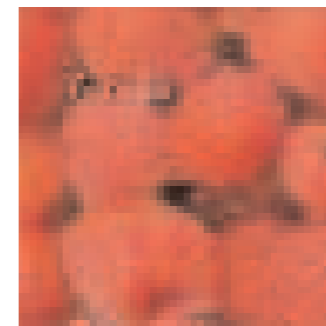
**Heidelbeere.** Sie sind um Juli und August reif und haben einen herb-säuerlichen Geschmack. Probieren Sie doch mal eine Marmelade mit Birnen kombiniert aus



**Rhabarber.** Der herbe Geschmack von Rhabarber harmoniert in Marmelade hervorragend mit süßen Erdbeeren. Erntezeit ist von April bis Juni



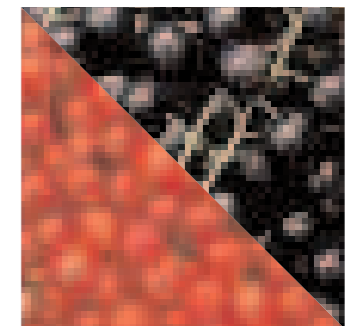
**Holunder.** Da diese süß-säuerlichen Beeren nur erhitzt genießbar sind, eignen sie sich perfekt für Marmelade. Ihre Saison ist im September und Oktober



**Himbeere.** Sie werden im Juli und August geerntet. Aufgrund ihres besonders feinen Geschmacks genießt man am besten eine pure Himbeermarmelade



**Birne** – der perfekte „Marmeladen-Partner“ für Holunder. Vor allem die süßen Sorten gleichen den herben und säuerlichen Beerengeschmack aus. Saison: August bis Oktober



**Johannisbeere (rot, schwarz).** Die Beeren haben im Juli/August Saison. Geeignet sind beide für Marmelade. Schwarze Sorten schmecken stärker nach Cassis



**Pflaume.** Die perfekte Spätsommermarmelade gibt es mit Pflaumen (Juli bis September), Äpfeln und Birnen



**Aprikose.** Sie sind im Juli und August bereit zum Ernten. Mit frischen, reifen Früchten schmeckt die Marmelade besonders fruchtig



**Hagebutte.** Die süß-säuerlichen Früchte, die es im Herbst gibt, sind eine wahre Vitaminbombe. Vor dem Marmeladekochen Kerne entfernen



**Mirabelle.** Ihre Saison ist im Juli und August. Mirabellen-Marmelade schmeckt sehr fruchtig, mit einer feinen, säuerlichen Note

FOTO: © APFELGUT

FOTOS: © FOTOLIA