

Apfelkuchen

Zutaten (für ein Blech, bei Springform = halbe Menge):

250g Zucker, 250g Margarine, 4 Eier, 300g Mehl, Vanillezucker, 1 Prise Salz, 3 TL Backpulver, 1 kg Äpfel

Zubereitung:

Alle Zutaten bis auf die Äpfel mit einem Rührgerät zu einem Teig verarbeiten. Ein Backblech einfetten und den Teig darauf verteilen. Die Äpfel schälen, entkernen und vierteln und an der Außenseite mit dem Messer längs einritzen.

Apfelviertel auf den Teig legen. Bei 200° C Ober- und Unterhitze oder 180° C Umluft auf der mittleren Schiene für ca. 35 Minuten backen.

Apfelstuten

Zutaten (für 3 Bleche):

250g Mehl, 250g Quark, 2 Eier, 4 EL Öl, 4EL Mineralwasser, 50g Zucker, 1 Pck. Backpulver, 1,5 kg Äpfel, etwas Zitronensaft

Zubereitung:

Die Äpfel schälen und in viele kleine Stücke schneiden, mit etwas Zitronensaft beträufeln.

Aus den restlichen Zutaten einen Teig herstellen und mit den Äpfeln vermengen. Den Teig esslöffelweise auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben. Genügend Abstand zwischen den einzelnen Stuten lassen, weil sie sehr stark aufgehen. Bei 200° C 20 Minuten backen.



Äpfel als Trockenobst

Zutaten: Äpfel, etwas Zitronensaft

Zubereitung: Das Gehäuse mit einem Apfelausstecher entfernen. Die Äpfel in sehr feine Ringe oder Schnitze schneiden oder hobeln. Mit Zitronensaft beträufeln, damit sie nicht braun werden.

1. Variante: Apfelstücke in einem speziellen Dörrapparat für Gemüse und Früchte dörren.

2. Variante: Die Scheiben gleichmäßig auf einem mit Backpapier ausgelegtem Blech verteilen, sodass sie nicht überlappen. Bei 75° C ca. 3-4 Stunden oder bei 50° C ca. 12 Stunden trocknen lassen. **WICHTIG:** Einen Holzlöffel in die Backofentür klemmen, damit der Wasserdampf entweichen kann.

3. Variante: Heißluftfritteuse auf 160° C vorheizen, Äpfel mit Zitronensaft beträufeln und mit Zimt und Zucker bestreuen. In den Frittierkorb geben, gleichmäßig verteilen und ca. 15- 20 Minuten goldbraun backen.

„Öko“-Variante: Die Ringe auf eine Schnur fädeln und an einem gut durchlüfteten, warmen Ort für mehrere Tage trocknen lassen. Je nach Klima auch draußen mgl. (vor Tieren schützen).



Verwertung von „Resten“

Trocknung der Schalen (siehe „Trockenobst“): als Chips (im Ganzen), Müsli-Topping (zerkleinert) oder für Teeaufgüsse

Frischer Apfeltee: Frische Schalen mit heißem Wasser aufgießen, nach Geschmack würzen (Zucker, Zimt, Cardamom)

Verwendung des Tresters: als Zutat in Gebäck, Granola, Apfeltee, Apfelessig

Apfelessig lässt sich aus Schalen, Trester und Gehäusen herstellen. Anleitung auf www.eider-und-kanalregion-rendsborg.de/regionale-produkte.html

Wer hat das Einkochen erfunden?

Schon immer haben Menschen versucht, Lebensmittel durch verschiedene Verfahren so lange wie möglich haltbar zu machen. Die Methode des Einkochens geht aber erst auf das 18. Jahrhundert zurück: Napoleon Bonaparte setzte damals einen Preis für die Erfindung eines Verfahrens zur Konservierung von Lebensmitteln aus, um die Truppen besser versorgen zu können.

Der französische Koch Nicolas François Appert gewann, da er entdeckte, dass Speisen in Gläsern haltbar gemacht werden können, wenn sie stark erhitzt werden. Perfektioniert wurde das Verfahren durch den deutschen Chemiker Rudolf Rempel, der erstmals Gläser mit Gummiringen entwickelte, wodurch die Gläser besser abgedichtet waren und sich leichter wieder öffnen ließen.

Nach seinem Tod kaufte Johann Carl Weck das Patent, gründete die Firma Weck und machte die Gläser zu einem Massenprodukt, das über Jahrzehnte in keinem Haushalt mehr fehlen durfte. Neben Weck Gläsern sind in den östlichen Bundesländern und in Teilen Österreichs auch Rex Gläser bekannt, die nach demselben Prinzip funktionieren.
Quelle: REWE

Guten Appetit wünschen ...

NaturFreunde
BÜDELSDORF



AktivRegion
Eider- und Kanalregion Rendsburg

Herbert Schauer
Vorsitzender
Limkath 1

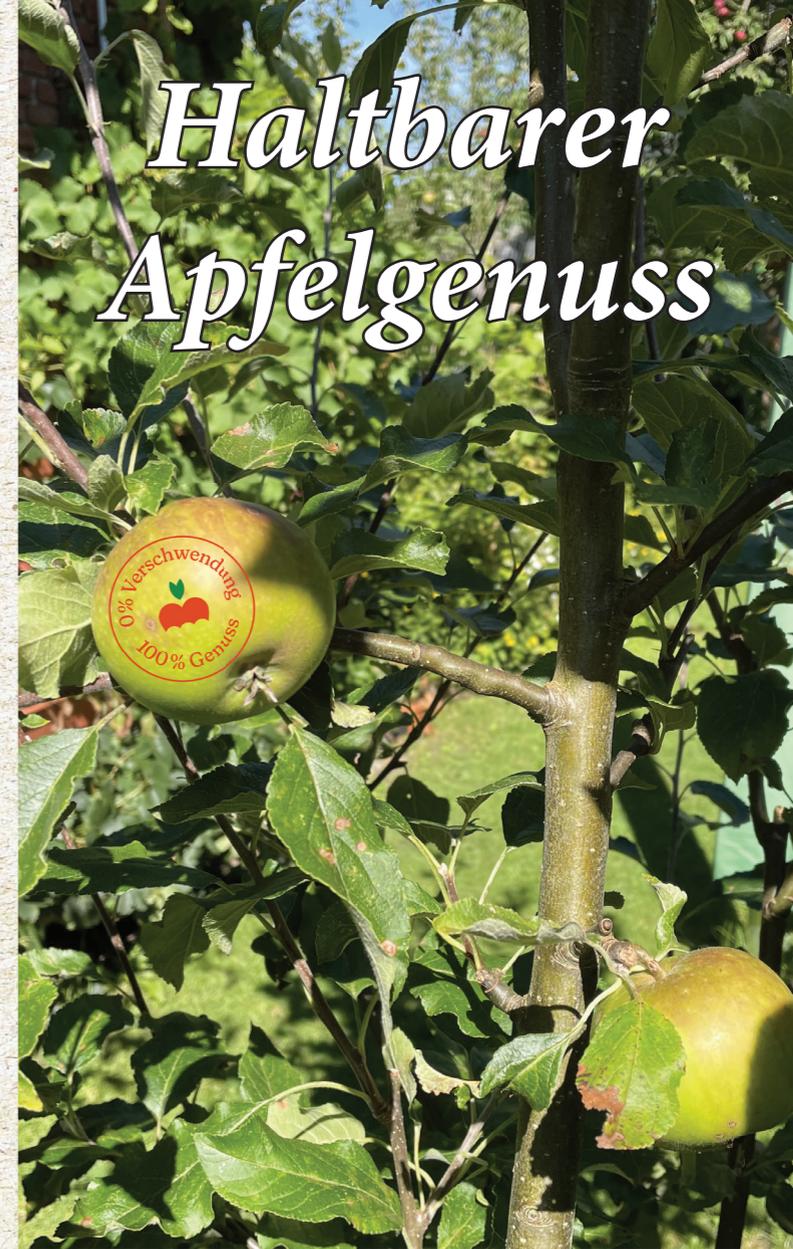
24782 Buedelsdorf
Tel.: 04331-38271

E-Mail:
buedelsdorf@naturfreunde.de

Dorothee Küchenmeister
Projektkoordinatorin
Postfach 222

24756 Rendsburg
Tel.: 04331-38271

E-Mail:
kanalregion-rendsborg.de



NaturFreunde
BÜDELSDORF



HaltBar
Ein Projekt der ...

AktivRegion
Eider- und Kanalregion Rendsburg



Tipps - so wird es haltbar

- Deckel, Gummidichtungen und Einkochringe überprüfen und bei Schäden austauschen.
- Alle zu verwendenden Utensilien gründlich säubern und mit kochendem Wasser sterilisieren
- Äpfel müssen nicht immer geschält werden. Die meisten hier genannten Rezepte können - je nach persönlicher Vorliebe - auch „mit Schale“ umgesetzt werden.

Einkochen

- Das Wasser und das Einkoch-Gut müssen die gleiche Temperatur haben. Wird etwas Heißes eingekocht, wird heißes Wasser in den Topf gegeben, bei kaltem Einkoch-Gut, kaltes Wasser!
- Ein Geschirrtuch auf den Topfboden legen und darauf die Gläser stellen.
- Gläser können im Topf gestapelt werden, die oberen Gläser sollten dabei zu 3/4 im Wasser stehen.
- Die Einkochzeit startet erst, wenn das Wasser die Zieltemperatur erreicht hat.
- Die Einkoch-Klammern (bei Weckgläsern) erst nach dem vollständigen Auskühlen entfernen. Der Deckel muß fest setzen!

Heißabfüllung

- Das abzufüllende Gut muss bis ins Innerste auf über 80° C erhitzt werden, um die Konservierung zu gewährleisten.
- Auch während des Abfüllens muss die Temperatur mindestens 80° C betragen, um eine Pasteurisierung des Luftraumes (zwischen Produkt und Deckel) zu gewährleisten. Schwierig bei Produkten wie Mus oder Chutney. Hier kann zusätzliches Einkochen sinnvoll sein, besonders, wenn auf Zucker verzichtet wird.

Beim Einkochen und bei der Heißabfüllung stets STERIL und zügig arbeiten !!

Apfelcrumble

Zutaten:

1 kg Äpfel (ca. 4 Stk.), 2 EL Zitronensaft, 1 Pck. Vanillezucker, 1/2 TL Zimt
Für die Streusel: 160 g Mehl, 100 g brauner Zucker, 1 Prise Salz, 100 g Butter, etwas Fett für die Form.

Zubereitung:

Äpfel schälen, vierteln und entkernen, in 1 cm große Würfel schneiden und mit Zitronensaft, Vanillezucker und Zimt vermischen. Eine große oder mehrere kleine Formen mit Butter ausstreichen. Backofen auf 180° C Umluft vorheizen.
Die Streuselzutaten in einer Schüssel mischen. Dann die Butter in Stückchen zugeben. Mit den Händen zu einem krümeligen Teig verkneten.
Apfelwürfel in die Form geben und die Streusel darüber verteilen. Ca. 20 Min. backen. Am besten warm servieren, z.B. mit Puderzucker oder Vanilleeis.

Apfel-Barbecue Sauce

Zutaten (für ca. 1 L Sauce):

500g geschälte, geschnittene Äpfel, 2 gehackte Zwiebeln, 200 g Sojasauce, 300g Apfelessig oder Balsamico, 300 g brauner Zucker, 400 g Tomatenmark, 2 TL Knoblauchpulver oder 3-4 gehackte Zehen, 2 TL gemahlener Pfeffer, optional: Zwiebelpulver, Chili, Paprikapulver rosenscharf, Tabasco

Zubereitung:

Alle Zutaten der Reihe nach in einen Topf geben und aufkochen. Die Masse pürieren, abschmecken und bei Bedarf nachwürzen. Erneut sprudelnd aufkochen und heiß abfüllen. Gläser oder Flaschen verschließen und kurz auf den Kopf drehen. Eignet sich auch als Salsauce verrührt mit Joghurt oder Öl.

Apfelmus

Zutaten:

1 kg Äpfel (Boskop, Elstar, Cox Orange), ca. 100 ml Wasser, falls gewünscht ca. 4 EL Zucker, falls gewünscht 1 Zimtstange, nach Fertigstellung wieder entfernen.

Zubereitung:

Das Kerngehäuse entfernen, die Äpfel schälen und grob zerkleinern. Alles in einem großen Topf zum Kochen bringen und bei mittlerer Hitze ca. 20-30 Min. weichkochen.
Für ein stückiges Mus die Apfelmasse stampfen, für ein feines Mus die Masse pürieren. Danach erneut aufkochen und heiß in vorher sterilisierte Gläser abfüllen. Deckel aufsetzen, Gläser auf den Kopf stellen und abkühlen lassen.



Apfelmus

Bei einer Variante ohne Zucker ist es besonders wichtig, dass die Temperatur beim Abfüllen zu keinem Zeitpunkt unter 80° C sinkt. Gelingt dies nicht, kann nachpasteurisiert werden (10 Min. bei über 80° C einkochen). So wird der Luftraum zwischen Mus und Deckel pasteurisiert und eine Schimmelbildung auf der Oberfläche verhindert.

Apfel-Barbecue Sauce

Der Säuregehalt der Sauce ist für die Konservierung entscheidend. Dieser sollte daher nicht verändert werden. Die Menge an Zucker und die Art der Gewürze kann variiert werden.



Äpfel im Weckglas

Für Apfeltarte, Apfelstrudel, Apfeltaschen usw.

Zutaten:

Äpfel (feste Sorten), Wasser, Zitronensaft, Gewürze nach Geschmack
klassisch: Zucker, Vanillezucker, Zimt;
ausgefallen: Ingwer, Muskatnuss, Cardamom, Nelken

Zubereitung:

Wasser und Zitronensaft in eine Schüssel geben - so viel, dass später alle Äpfel damit benetzt werden können, damit sie nicht braun werden. Die Äpfel waschen, vierteln, entkernen, in die gewünschte Größe schneiden. Die Stücke direkt in die Schüssel geben und zwischendurch umrühren. Äpfel nach Geschmack würzen.
Die Apfelstücke in sterile Weck-Gläser füllen, dabei 2-4 Finger breit Platz zum Rand lassen. Damit die Stücke intakt bleiben werden die Gläser (anders als sonst beim Einkochen) hier nicht mit Flüssigkeit aufgefüllt. Deckel mit Einkochgummi auf den sauberen (!) Rand aufsetzen, mit 2 Klammern fixieren und bei 90° C für 30 Minuten einkochen.

Apfelgelee

Zutaten:

750 ml Apfelsaft, Saft einer halben Bio-Zitrone, 1/4 TL Bio-Vanillepulver, 250 g Bio-Gelierzucker 2:1

Zubereitung: Den Apfelsaft mit den Zutaten vermengen. Aufkochen, 4 Minuten köcheln lassen. In Gläser abfüllen und diese fest verschließen. Gläser 5 Min. auf den Kopf stellen. Dann umdrehen und auskühlen lassen.