

Äpfel von der Frucht bis zum Saft - einfach lecker!

Saftigfrischer Apfelgenuss:

Für die Fruchtsaftgewinnung werden zwei verschiedene Verfahren eingesetzt - das bekannte Pressen der Früchte sowie die Extraktion. Bei der Extraktion werden durch entgegenströmendes warmes Wasser die geschnitzelten Früchte ausgelaugt. Zur Verlängerung der Haltbarkeit wird der gewonnene Rohsaft erhitzt. Bei der anschließenden Schönung werden bei klaren Säften die Trübeilchen entfernt und bei trüben Säften mit Hilfe von Pektinen in der Schwebelage gehalten. Nach der Abfüllung und Verpackung gelangt der fertige Saft dann in den Handel.



Bild: <http://www.strowie.de/>

Besonders Hobbygärtner schätzen auch einen frischen, selbst hergestellten Saft. Zum Bereiten von Rohsaft können Fruchtsaftzentrifugen oder auch Dampfentsafter verwendet werden. Egal für welches Verfahren man sich entscheidet, wichtig ist, dass nur völlig einwandfreie und gründlich gewaschene Früchte eingesetzt werden. Zur schonenden Konservierung empfiehlt es sich, die roh gewonnenen Säfte in kleinen Gefäßen einzufrieren. Auch eine Abfüllung in Schraubverschlussflaschen ist möglich. Jedoch sollte dabei der kurz aufgekochte Saft sofort in die vorher heiß ausgespülten Flaschen eingefüllt und verschlossen werden. Nach Belieben können die Flaschen auch bei 75 °C über 35 Minuten im Einkochtopf sterilisiert werden.

Bei großen Erntemengen empfiehlt es sich, die Angebote zur Obstannahme bei regionalen Lohnmostereien zu nutzen. Die frisch gepressten Säfte bieten dabei nicht nur einen erfrischenden Genuss, sondern können gleich auch in Flaschen für den Winter eingelagert werden, damit der Vorrat an flüssigen Vitaminen bis zur nächsten Saison nicht ausgeht.

Weitere Rezeptideen gibt es im Internet

www.ekz-marienstern.de

im Regional und Servicebereich.

Rezepttipps von Sebastian Fischer

Apfel-Sellerie-Salat mit frischem Ingwer:

Zutaten:

6 Äpfel (Boskop)
6 Orangen
1 Staude Sellerie
1 Stück Ingwer
Salz, Pfeffer
Honig
Speiseöl
eventuell Walnüsse

Zubereitung:

Äpfel schälen und in Würfel schneiden, Sellerie in Scheiben schneiden.
Orangenschale abreiben, Orangen filetieren, Ingwer reiben.
Aus Orangensaft, Ingwer, Salz und Pfeffer und Öl eine Vinaigrette zubereiten, Salat anrichten.

Apfel-Kürbis-Süppchen mit Speckcroûtons:

Zutaten:

3 Äpfel
2 Zwiebeln
1 Kürbis, mittelgroß
2 Fl. Apfelsaft
1 x Kürbisöl
1 Weißbrot, gerne auch vom Vortag (als Rest)
100 g Speck
2 Becher Schlagsahne
Salz, Pfeffer
Currypaste
Butter

Zubereitung:

Äpfel achteln, Zwiebeln grob schneiden, Kürbis entkernen und in grobe Würfel schneiden, Butter zerlassen und alles andünsten.

Mit Apfelsaft ablöschen, Currypaste zugeben, weich köcheln, pürieren und passieren. Speck kleinschneiden und kross braten, Weißbrotwürfel zugeben und rundum braun braten.

Suppe abschmecken, Sahne zugeben und mit Crôutons anrichten.

Das Ernährungs- und Kräuterzentrum wird unterstützt durch
das Sächsische Staatsministerium für Umwelt und Landwirtschaft.

