

REZEPTE DER WOCHE

Fangen Sie jetzt den Sommer ein

Knackiges Gemüse und süßes Obst einkochen

Reife Früchte verströmen jetzt ihr Aroma, Gemüse strotzt vor Vitaminen. Greifen Sie zu und kochen Sie Obst und Gemüse ein. Dann können Sie noch im Winter den Sommer genießen. Die Maße in den Rezepten beziehen sich auf vorbereitete Zutaten.

Gartenbeeren-Grütze

Zutaten (für 8 Portionen): 500 g Erdbeeren, jeweils 150 g rote und schwarze Johannisbeeren, 200 ml Weißwein, 250 g Gelierzucker 2:1.

Zubereitung: Erdbeeren klein schneiden. Obst, Wein und Gelierzucker mischen. Unter Rühren mindestens 3 min sprudelnd kochen. Entstehenden Schaum abschöpfen. Vorbereitete Gläser zügig bis zum Rand füllen. Mit Schraubdeckeln schließen, 5 min umgedreht stehen lassen.

Aprikosen-Chutney

Zutaten (für 8 Gläser à 200 ml): 750 g Aprikosen, 250 g Schalotten, 125 ml Aprikosensaft, 125 ml Obstessig, 500 g Gelierzucker 2:1, je 1 EL Mandelsplitter und gehackte Pistazienkerne, Salz, Pfeffer.



Aprikosen-Chutney verleiht Kurzgebratenem ein sommerliches Aroma.

Foto: picture-alliance/6PA/MAXPPP

Zubereitung: Aprikosen klein schneiden. Schalotten in kleine Würfel schneiden. Aprikosen, Schalotten, Saft, Essig und Gelierzucker mischen. 10 min unter regelmäßigem Rühren sprudelnd kochen, dabei nach 7 min Mandelsplitter einrühren. Chutney salzen und pfeffern. Vorbereitete Gläser zügig bis zum Rand füllen. Mit Schraubdeckeln schließen, umgedreht 5 min stehen lassen.

Kirsch-Nektarinen-Gelee

Zutaten (für 9–10 Gläser à 200 ml): 500 ml ungesüßter Sauerkirschsaft, 400 g Nektarinen, 1 Beutel Gelierpulver (Frucht-Zucker-Verhältnis 1:1, für circa 1 kg Obst), 1,125 kg Zucker.

Zubereitung: Nektarinen würfeln, mit Saft mischen. Gelierpulver und 2 EL Zucker mischen, in Saft einrühren und aufkochen, übrigen Zucker zugeben. Unter Rühren 4 min kochen. Schaum entfernen. Vorbereitete Gläser zügig bis zum Rand füllen. Mit Schraubdeckeln schließen, umgedreht 5 min stehen lassen.

Tomaten-Ketchup

Zutaten (für 10 Gläser à 200 ml): 2,5 kg Tomaten, 500 g Schalotten, 150 ml Rotweinessig, 100 ml Obstessig, Salz, 1 EL Paprika, 1 Tropfen Tabasco, weißer Pfeffer, 1 TL gerebelter frischer Oregano, 5 Lorbeerblätter, bei Bedarf etwas Tomatensaft zum Auffüllen, 500 g Gelierzucker 2:1.

Zubereitung: Tomaten und Schalotten grob stückeln. Mit Essig, Salz, Paprika, Tabasco, Pfeffer, Oregano und Lorbeer unter regelmäßigem Rühren auf großer Flamme 45 min offen kochen. Masse durch ein Sieb streichen. 1,8 l Flüssigkeit abmessen, bei Bedarf Saft zugießen. Gelierzucker unterrühren, 15 min sprudelnd kochen, regelmäßig umrühren. Vorbereitete Gläser zügig bis zum Rand füllen. Mit Schraubdeckeln schließen, 5 min umgedreht stehen lassen.

Sommergemüse-Mix

Zutaten (für 10 Gläser à 200 ml): 650 g Zucchini, 150 g rote Paprikaschoten, 100 g orange Paprikaschoten, 1 Tomate, 50 g Frühlingszwiebeln, 100 g Pflirsiche, 200 ml Weißweinessig, 300 ml Pflirsichnektar, Salz, Pfeffer, Paprikapulver, 1 TL Senfkörner, 1 TL schwarze Pfefferkörner, 250 g Gelierzucker 3:1.

Zubereitung: Zucchini, Paprikaschoten, Tomate und Pflirsiche fein würfeln. Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden. Alle Zutaten mit Gelierzucker mischen. 10 min sprudelnd unter regelmäßigem Rühren kochen. Vorbereitete Gläser zügig bis zum Rand füllen. Mit Schraubdeckeln schließen, umgedreht 5 min stehen lassen.