

OBST

Kleine Zieräpfel in würziger Essigmarinade

Die kleinen Äpfel bleiben ganz, mit Stiel, glänzender Schale und dem Duft von Zimt, Nelken und frischem Ingwer. Süßsauer und aromatisch passen sie wunderbar auf den herbstlichen Tisch.



Rezeptautor: National Center for Home Food Preservation · University of Georgia

Rezeptzutat: Zieräpfel.

ZEIT

Zwei Tage einschließlich einer Nacht im Sud +
12-24 Stunden Abkühlzeit der Gläser

MENGE

Etwa 9 Mason-Einkochgläser à 473 ml (US pint)

Methode: Einlegen in Apfelessig mit 5% Säure + Einkochen im Wasserbad

Saison: Spätsommer und Herbst, je nach Sorte

Aufbewahrung: Verschlussene, ordnungsgemäß eingekochte Gläser kühl, dunkel und trocken lagern, möglichst bei 10-21°C. Für die beste Qualität innerhalb eines Jahres verbrauchen. Nach dem Öffnen im Kühlschrank bei höchstens 4°C aufbewahren und nur mit sauberem Besteck entnehmen. Die Rezeptquelle nennt keine gesonderte Aufbewahrungsdauer nach dem Öffnen. Wird innerhalb von 24 Stunden nach einem ordnungsgemäßen Einkochvorgang ein fehlendes Vakuum festgestellt, das Glas kühl stellen und den Inhalt innerhalb einer Woche verbrauchen. Bei verlorenem Vakuum, Schimmel, austretender Flüssigkeit, gewölbtem Deckel oder anderen Verderbszeichen den Inhalt nicht probieren.

Zutaten

- ☐ 2,27 kg kleine, feste, essbare Zieräpfel (5 lb)
- ☐ 1,065 l Apfelessig mit deklariertem Säuregehalt von 5% (4½ US cups)
- ☐ 887 ml Wasser (3¾ US cups)
- ☐ Etwa 1,5 kg weißer Kristallzucker (7½ US cups); maßgeblich ist das Volumen der Originalrezeptur
- ☐ 20 ml ganze Gewürznelken (4 Teelöffel)
- ☐ 4 Zimtstangen
- ☐ 6 Würfel frischer Ingwer mit etwa 1,3 cm Kantenlänge (½ Zoll)

Ausstattung

- ☐ Etwa 9 Mason-Einkochgläser à 473 ml (US pint) mit zweiteiligen Metalldeckeln

ZUSAMMENGESTELLT VON / NATALIA HORBACH, PhD

Natalia Horbach

Quellen und Geschichte auf der Fermentarnia-Website
fermentarnia.com



Kleine Zieräpfel in würziger Essigmarinade / Fortsetzung

- Ein Einkochtopf für das Wasserbad mit Einsatz oder Gitter
- Ein sauberer, lebensmittelechter Behälter mit 3,8-7,6 l Fassungsvermögen
- Ein Gewürzbeutel oder Mulltuch, ein Sieb oder Blanchierkorb und ein Zahnstocher

Zubereitung

1. Wasserbad vorbereiten

Erhitze das Wasser in einem Topf mit Deckel und Einkochgitter auf etwa 82°C. Verwende Mason-Einkochgläser mit dem angegebenen Fassungsvermögen und zweiteiligen Metalldeckeln. Wasche die Gläser und halte sie heiß; bereite die Deckel nach Herstellerangaben vor. Falls die Rezeptur ein Einlegen über Nacht vorsieht, bereite Wasserbad und Gläser erst am Tag des Abfüllens vor.

2. Früchte auswählen

Verwende feste, gesunde, sicher bestimmte Früchte der Gattung Malus, die zum Verzehr geeignet sind. Ernte nicht von einem unbekannten Baum oder von einer Pflanze, deren Pflanzenschutzbehandlungen du nicht kennst. Sortiere schimmelige, angefaulte und stark beschädigte Früchte aus.

3. Äpfel vorbereiten

Entferne die Blütenreste und wasche die Früchte, lasse aber die Stiele dran. Stich jeden Apfel viermal mit einem Zahnstocher ein.

4. Sud aufkochen

Vermische Essig, Wasser und Zucker in einem großen Topf und bringe alles zum Kochen. Binde Nelken, Zimt und Ingwer in einen Gewürzbeutel oder ein Mulltuch und lege ihn in den Sud.

5. Früchte portionsweise erhitzen

Teile die Äpfel in drei Portionen. Tauche jede Portion in einem Sieb oder Blanchierkorb genau 2 Minuten in den kochenden Sud.

6. Über Nacht ziehen lassen

Gib die erhitzten Früchte und den Gewürzbeutel in den sauberen Behälter. Gieße den heißen Sirup darüber, decke den Behälter ab und lasse alles über Nacht stehen.

7. Sud erneut aufkochen

Entferne am nächsten Tag den Gewürzbeutel. Gieße den Sirup durch ein Sieb in einen großen Topf und bringe ihn kräftig zum Kochen.

8. Gläser füllen

Fülle die Äpfel in heiße Mason-Einkochgläser der Größe US pint und gieße kochenden Sirup darüber. Lasse 1,3 cm (½ Zoll) bis zum Glasrand frei. Reinige die Ränder und verschließe die Gläser nach Herstellerangaben.

ZUSAMMENGESTELLT VON / NATALIA HORBACH, PhD

Natalia Horbach



Kleine Zieräpfel in würziger Essigmarinade / Fortsetzung

9. Im kochenden Wasserbad einkochen

Stelle die Gläser aufrecht auf das Gitter im vorgewärmten Wasserbad. Das Wasser muss mindestens 2,5 cm über die Deckel reichen; bei einer Einkochzeit von mehr als 30 Minuten mindestens 5 cm. Lege den Topfdeckel auf und bringe das Wasser kräftig zum Kochen. Beginne erst dann mit der Zeitmessung: 20 Minuten bis 304,8 m über dem Meeresspiegel; 25 Minuten oberhalb von 304,8 m bis 914,4 m; 30 Minuten oberhalb von 914,4 m bis 1828,8 m; 35 Minuten oberhalb von 1828,8 m. Halte das Wasser durchgehend kräftig am Kochen. Wird das Kochen unterbrochen, musst du nach dem erneuten Aufkochen die gesamte Einkochzeit von vorn beginnen.

10. Abkühlen lassen und Verschlüsse prüfen

Schalte die Hitze aus, nimm den Topfdeckel ab und warte 5 Minuten. Hebe die Gläser aufrecht heraus. Lasse sie 12-24 Stunden ungestört abkühlen; drücke die Deckel nicht an und ziehe die Schraubringe nicht nach. Prüfe die Verschlüsse, entferne die Schraubringe, wasche und trockne die Gläser und beschrifte sie mit dem Datum.

Tipps

Dies ist eine Essigkonserve, keine Fermentation. Ersetze Essig mit 5% Säure nicht durch selbst gemachten Essig, Kombucha oder Essig mit unbekanntem Säuregehalt. Halte die Mengenverhältnisse, Glasgrößen, den Abstand zum Glasrand und die vollständige Einkochzeit ein.

1 US cup entspricht 236,6 ml, 1 US pint 473,2 ml und 1 US half-pint 236,6 ml. Grammangaben bei ursprünglich nach Volumen abgemessenen Zutaten sind Näherungswerte; maßgeblich bleibt das Volumen der Originalrezeptur. Übertrage die Einkochzeiten nicht auf größere Gläser.

Die hier angegebenen Einkochzeiten für den Haushalt sind keine Validierung für eine gewerbliche Herstellung. Werden Produktionsumfang, Verpackung oder Rohstoffe verändert, müssen Verfahren und Haltbarkeit des konkreten Produkts geprüft werden.

Verwende nur sicher bestimmte, essbare Früchte der Gattung *Malus*, deren Anbau und Pflanzenschutzbehandlungen bekannt sind. Stiele, Kerngehäuse und Samen nicht essen.

Allergene: Prüfe das Apfelessigetikett auf SULFITE und die Gewürzspezifikationen auf mögliche Kreuzkontakte.

Serviertvorschlag

Serviere ein oder zwei Äpfel zu gebratener Ente, Schweinefleisch oder Pastete oder neben gereiftem Käse auf einer Käseplatte. Fein gehackt eignen sie sich für eine Sauce zu kaltem Fleisch. Der Stiel erleichtert das Anrichten; den harten Kern und die Samen essen wir nicht mit.

ZUSAMMENGESTELLT VON / NATALIA HORBACH, PhD

Natalia Horbach



Kleine Zieräpfel in würziger Essigmarinade / Fortsetzung

Über die Zutat

Botanische Entdeckung: ein Name, viele Früchte

„Crabapple“ bezeichnet nicht eine einzige Sorte. Die University of Minnesota beschreibt sehr unterschiedliche Malus-Sorten: Ihre Früchte können etwa 6 mm bis 5 cm groß sein und zwischen Juli und November reifen. Deshalb lohnt es sich, in der Küche Sorte oder Lieferant, Erntezeitpunkt und Fruchtgröße zu dokumentieren. Derselbe Prozess kann eine andere Textur und Farbe ergeben.

Geschichte auf dem Teller

Kurze Geschichte: eine Spur aus dem Jahr 1840

Im Katalog der Szathmáry Culinary Manuscripts der University of Iowa Libraries befindet sich ein anonymes Kochbuch aus New Hampshire aus dem Jahr 1840. Sein Rezeptverzeichnis enthält „Spiced Crab Apples“. Dies ist eine dokumentierte Erwähnung des Gerichts, kein Datum seiner Erfindung und keine Quelle für heutige Sicherheitsverfahren.

Unter der Lupe

Was die Wissenschaft sagt

Han et al. (2019) untersuchten Extrakte aus Crabapple-Früchten und stellten eine große Spannweite des Polyphenolgehalts fest: 4,46-46,63 mg GAE/g Trockenmasse. Dies ist ein Laborergebnis für Extrakte und In-vitro-Tests, kein Beleg für eine heilende Wirkung, keine Analyse der fertigen Essigkonserve und keine Grundlage für eine gleichbleibende Deklaration auf dem Etikett. Für kleine Hersteller bleibt die praktische Schlussfolgerung zurückhaltend: Dokumentiere Sorte, Reife und Verfahren und deklariere Gehalte im fertigen Produkt nicht ohne dessen Analyse. Ein mit Essig und Wärme behandeltes Produkt sollte nicht als probiotisch beschrieben werden.

ZUSAMMENGESTELLT VON / NATALIA HORBACH, PhD

Natalia Horbach

Quellen und Geschichte auf der Fermentarnia-Website
fermentarnia.com



Seite 4

REZEPT ONLINE