

# Entsafter



*mit Freude kochen!*

[www.elo.de](http://www.elo.de)

**Tipps, Tricks und Rezepte**

# Entsaften von Obst

*Je reifer das Obst ist, desto aromatischer und ergiebiger wird der Saft. Es empfiehlt sich, milde mit herben Früchten zu mischen (Erdbeeren mit Johannisbeeren oder Rhabarber, Apfel und Birne mit Holunderbeeren). Der je nach Rezept benötigte Zucker wird vor dem Entsaften zu den Früchten in das Saftauffanggefäß gegeben. Vor dem Abzapfen umrühren, dadurch wird eine gleichmäßige Süßung des Saftes erreicht.*

*Fruchtsäfte, die zu Gelee weiterverarbeitet werden sollen, ohne Zuckerzugabe entsaften. Hierzu eignen sich nur unreife Früchte, weil diese mehr Pektin (Gelierstoff) enthalten. Pektinreiche Früchte sind: Johannisbeeren, unreife Äpfel und Quitten.*

*Die in der nachstehenden Tabelle angegebenen Zuckermengen gelten für trinkfertige Säfte. Fruchtsäfte, die bei Gebrauch verdünnt werden sollen, müssen eine größere Zuckerzugabe erhalten.*

## **Als Anhalt gilt folgende Regel:**

*Auf ein kg süße Früchte 100-150 g Zucker.*

*Auf ein kg saure Früchte 200-250 g Zucker.*

*Rohgepresste oder kalt gewonnene Säfte werden in Flaschen gefüllt, im Wasserbad des Einkochtopfes auf 72-75°C (nicht höher) 25 Minuten lang erhitzt und danach sofort mit Gummikappen nach Vorschrift verschlossen.*

Entsaftungsgut	Zucker je kg Früchte	Dampfzeit in Minuten	Vorbereitung des Entsaftungsgutes
Äpfel reif/unreif	20-50 g	60	<b>Beerenobst:</b> in kaltem Wasser waschen, nach Belieben entstielen
Birnen	50 g	60	
Brombeeren	100 g	30	
Erdbeeren	50 g	30	
Heidelbeeren	100 g	45	
Himbeeren	80 g	30	
Holunderbeeren	80 g	30	
Johannisbeeren rot	100 g	45	
Johannisbeeren schwarz	150 g	45	
Süßkirschen	50 g	45	
Sauerkirschen	100 g	45	<b>Steinobst:</b> Früchte waschen, entstielen, nach Belieben entsteinen, Sauerkirschen mit Stein entsaften
Pflaumen	100 g	45	
Pfirsiche	50 g	45	
Preiselbeeren	100 g	60	
Quitten	100 g	60	
Rhabarber	100 g	45	<b>Kernobst:</b> schlechte Stellen ausschneiden, Früchte waschen und ange-schält zerkleinern
Stachelbeeren	100 g	45	
Weintrauben	50 g	45	
Zwetschgen	80 g	49	
			<b>Rhabarber:</b> Stiele waschen und abtropfen lassen, ungeschält zer-kleinern

# Entsaften von Gemüse

Gemüsesäfte enthalten ebenso wie Obstsaft wertvolle Nähr- und Aufbaustoffe. Vitamine und Mineralsalze haben daher eine gesundheitsfördernde Wirkung. Außer zum Trinken eignen sich Gemüsesäfte sehr gut zum Würzen und Verfeinern von Suppen und Soßen.

Entsaftungsgut	Dampfzeit in Minuten	Vorbereitung des Entsaftungsgutes
Gurken	45	Gurken schälen und in Stücke schneiden
Möhren	60	Schaben und raspeln
Rettiche	60	Waschen, putzen, raspeln
Rote Rüben	60	Waschen, nicht schälen, raspeln
Spargel (mit Abfallstücken und Schalen)	60	Waschen und schälen, raspeln Abfallstücke kleinschneiden
Sellerie	60	Knollen und Blätter waschen, in kleine Stücke schneiden
Spinat (nur ungedüngt)	45	Gut waschen und zerkleinern
Tomaten	45	Waschen und in kleine Stücke schneiden
Zwiebeln	60	Mit Schale entsaften, gut reinigen und zerkleinern

# Entsaften von Kräutern

Gemüse und Kräuter können beliebig und je nach den vorhandenen Sorten zusammen entsaftet werden. Es eignen sich zum Beispiel Möhren, Sellerieknollen und Sellerieblätter, Petersiliengrün und Petersilienwurzeln, Zwiebeln, Tomaten, Liebstöckel und Kohlblätter.

Oder: Tomaten, Rettiche, Zwiebeln, Dill, Estragon, Knoblauchblätter, Spargel und Brennesseln. Oder: Wirsing, Möhren, Kohlrabi, Sellerieknollen, Lauch, Tomaten, Löwenzahn, Pimpinelle und Meerrettich.

Entsaftungsgut	Dampfzeit in Minuten	Vorbereitung des Entsaftungsgutes
Brunnenkresse/Gartenkresse	60	in leichtem Essigwasser waschen
Löwenzahn	60	junge Blätter verwenden, gut waschen und zerkleinern
Petersilie	60	waschen
Pimpinelle	60	vorsichtig waschen
Salbei	60	vorsichtig waschen, abtropfen lassen
Liebstöckel	60	vorsichtig waschen
Sauerampfer	60	waschen und zerkleinern
Kerbel	60	vorsichtig waschen

# Entsafter Gebrauchsanweisung:

Obst kurz und gründlich waschen und zerkleinern. Topf mit Wasser füllen. Zucker in das Saftauffanggefäß geben (siehe Tabelle). Obst in den Siebeinsatz geben. Das Wasser zum Kochen bringen. Die Dauer des Entsaftens wird ab dem Kochvorgang gerechnet. Etwa 5 Minuten vor Beendigung des Entsaftens 1/2 Liter Saft ablassen und über das Obst gießen, damit der gesamte Saft dieselbe Konzentration hat. Den heißen Saft in heiße Flaschen füllen. Mit Gummikappen oder Schraubverschluss verschließen, abkühlen lassen, beschriften.

## Rezepte:

### **Schlehen-Apfelgelee:**

je 1/2 Liter Schlehensaft und Apfelsaft  
1 kg Gelierzucker

Früchte ohne Zucker entsaften, je 1/2 Liter Schlehensaft und 1/2 Liter Apfelsaft mit 1 kg Gelierzucker mischen, zum Kochen bringen, 4 Minuten sprudelnd kochen lassen, in heiße Schraubgläser füllen, sofort verschließen.

### **Weihnachtsgelee:**

ca. 12-14 Äpfel  
3 Apfelsinen  
2 Zitronen  
1 kg Gelierzucker  
2 Päckchen Vanillinzucker  
etwas Zimt

# Rezepte:

ca. 12-14 Äpfel entsaften ohne Zucker, mit Saft von 3 Apfelsinen und 2 Zitronen mischen, 1 Liter mit 1 kg Gelierzucker, etwas Zimt und 2 Päckchen Vanillinzucker mischen, 4 Minuten sprudelnd kochen lassen und in Schraubgläser füllen, sofort verschließen.

## **Sauerkirschgelee:**

3/4 Liter Sauerkirschschaft

1 kg Gelierzucker

Saft von 2 Zitronen

Den kalten Sauerkirschschaft mit Gelierzucker verrühren, zum Kochen bringen, 4 Minuten sprudelnd kochen lassen, zum Schluss Zitronensaft kurz aufkochen lassen und in heiße Schraubgläser füllen, sofort verschließen.

## **Quittenlikör:**

1 Liter Quittensaft

400 g weißer Kandiszucker

1 Liter Wodka

20 g bittere Mandeln

20 g Koriander

Quitten ohne Zucker entsaften, 1 Liter mit Zucker mischen, erhitzen, aufkochen lassen und dann abkühlen. In Flaschen füllen, Wodka und Gewürze zugeben, 2 Monate durchziehen lassen. Danach filtern, in Flaschen füllen und verschließen.

## QUALITÄTSMERKMALE

- Edelstahl 18/10
- verkapselter Sandwichboden
- Für alle Herdarten geeignet, auch für Induktionsherde
- spülmaschinengeeignet



## ELO-STAHLOWAREN

Karl Grünewald & Sohn GmbH & Co. KG

Dalberger Straße 20  
D-55595 Spabrücken · Germany

Tel.: +49 (0) 6706 / 914 - 0  
Fax: +49 (0) 6706 / 914 - 222

E-Mail: [info@elo.de](mailto:info@elo.de)  
Internet: [www.elo.de](http://www.elo.de)



*mit Freude kochen!*  
[www.elo.de](http://www.elo.de)