

Saftherstellung durch Frostensaften:

Diese Methode ist geeignet für Brombeeren, Johannisbeeren, Weintrauben, Kirschen, Zwetschgen usw., nicht für Äpfel und Birnen, diese sollten in einer Kelterei verarbeitet werden.

Vorgehen:

1. Ernten Sie Ihr reifes Obst, entfernen Sie Stiele, Blätter und sonstige Fremdkörper.
2. Geben Sie das gewaschene Obst bzw. die Beeren in eine passende Schüssel. Zerquetschen Sie den Inhalt mit Ihren Händen.
3. Geben Sie Anti-Gel (erhältlich in der Apotheke oder im Gartencenter) laut Gebrauchsanweisung zu und lassen es wie angegeben an einem warmen Ort stehen (zum Schutz vor kleinen Fliegen eventuell mit Tuch abdecken).
4. Geben Sie in einen kleinen Eimer (beispielsweise Resischmelzeimer) einen 3-Liter Plastikbeutel und schütten Sie die Beerenmasse nach der unter 3. beschriebenen Standzeit in den Plastikbeutel (Der Eimer dient zur Stabilisierung des Beutels). Stellen Sie den Eimer mit Beutel und Inhalt in die Gefriertruhe zum Einfrieren.
5. Nach einem Tag ist die Masse gefroren und der Eimer kann, nachdem kurz heißes Wasser darüber gelaufen lassen wurde, entfernt werden. Der Beutel bleibt bis zur weiteren Verarbeitung in der Gefriertruhe.
6. Entnehmen Sie die gefrorene Beerenmasse dem Plastikbeutel und geben ihn in einen Sieb, den Sieb stellen Sie auf einen Topf oder Eimer. Zweckmäßig ist es, diese Masse über Nacht stehen zu lassen. Am nächsten Morgen oder gegen Mittag ist der Saft ohne Ihr Zutun in den Topf getropft – zurück bleibt nur der Trester. Wichtig ist, dass das Gefäß unter dem Sieb groß genug ist, dass der Saft wegtropfen kann.
7. Stellen Sie Ihren Saft ein, d.h. geben Sie wenn notwendig Wasser oder Zucker (z.B. bei Johannisbeeren auf 1 Liter Saft 3 Liter Wasser und etwas Zucker nach Geschmack) dazu, pasteurisieren Sie den Saft 5 Minuten lang bei 80°C und füllen ihn in Flaschen oder Ähnlichem danach ab.

Die wichtigsten Obstarten mit ihren Zucker- und Fruchtsäuregehalten:

<u>Obstart</u>	<u>Grad Oe</u>	<u>Säure</u>
Brombeeren	46	13
Erdbeeren	40	9
Heidelbeeren	42	8
Himbeeren	38	18
Rote Johannisbeeren	48	26
Schwarze Johannisbeeren	60	38
Sauerkirschen	60	18
Pflaumen/ Zwetschgen	65	14
Stachelbeeren	50	20

Wichtig für den Menschen ist, den Saft immer so einzustellen, dass man auf einen Säuregehalt von ca. 8 erreicht, so gibt man z.B. zu 1 Liter Brombeersaft ca. 1,5 Liter Wasser und süßt bei Bedarf etwas nach. Ich gebe Zucker beim Pasteurisiervorgang bei ca. 60°C nach Bedarf bei.

Vorteil gegenüber Entsafter:

Die meisten Inhaltsstoffe bleiben erhalten, da sie nur bei 80°C haltbar gemacht wurden.

