

Theos Tipp im August 2026

Liebe Gartenfreunde,

Ihr möchtet die Erzeugnisse Eures Gartens genießen.

Vieles schmeckt am besten frisch, wenn man sich durch den Garten nascht. Da ist nicht nur das Obst, auch das Gemüse frisch geerntet bringt Geschmack in die Küche. Wer hier bei Aussaat und Pflanzung vorplant, findet immer was.

Es gibt aber auch gute Möglichkeiten, Euer Erntegut haltbar zu machen. Beim Einwecken werden durch Hitze alle Organismen im Erntegut zerstört. Das sterilisierte Erntegut wird in saubere Gefäße eingefüllt, um das Eindringen neuer schädlicher Organismen zu verhindern. Die französischen und deutschen Naturforscher Pasteur und v. Liebig haben sich große Verdienste erworben. Durch Ihre Forschung wurden die Grundlagen zum Einwecken gelegt. Man spricht auch heute noch von Pasteurisierung. Mein Tipp. Kocht kleine Portionen ein. Dann kann man immer was Neues probieren. Große Pötte ist man sich über.

Beim Trocknen wird Wasser entzogen. Schädliche Organismen benötigen dieses, wie alle Lebewesen zum Existieren. Vom luftgetrockneten Schinken, über hängende Kräuterbüschel bis hin zum gedorrten Obst können viele Lebensmittel getrocknet werden. Das funktioniert nicht zu jeder Jahreszeit und in jedem Klima. Es gibt zur Hilfe Dörr- und Trockenschränke.

Konservieren durch Zucker funktioniert ebenfalls, da Zucker in hoher Konzentration stark Wasser zieht. Die Konservierung mit Zucker beruht auf demselben Prozess wie die Trocknung. Den schädlichen Organismen fehlt das Medium Wasser, welches sie zum Überleben brauchen. Obst mit Zucker bestreut ist länger haltbar. Marmeladen halten auch im geöffneten Glas längere Zeit. Dasselbe Prinzip wendet man bei kandierten Früchten an. Zucker selbst ist nahezu unbegrenzt haltbar, solange er richtig gelagert wird.

Gemüse lässt sich sehr gut einfrieren. Nutze dazu frische Pflanzen und lasse diese auch nicht längere Zeit nach der Ernte liegen. Besser wird es, wenn du das Erntegut vorher blanchierst. Dazu tauche das Gemüse zwei bis drei Minuten in kochendes Wasser und anschließend die gleiche Zeit in Eiswasser. Durch das Blanchieren werden Enzyme im Lebensmittel zerstört, die die Umwandlungsprozesse in Richtung Verderb in Gang setzten. Auch erhältst Du Geschmack und Farbe. Nach dem Abtropfen kannst Du dann das Erntegut einfrieren. Achte beim Einfrieren darauf, aus den Tüten möglichst viel Luft zu entfernen. Ich beschrifte auch die Tüten mit Inhalt und Datum.

Wer noch andere Methoden ausprobieren möchte, kann sich mit Einsalzen, dem Einlegen in Essig und dem Mosten und Keltern auseinandersetzen.

Heute koche ich rote Stachelbeeren ein. Ein Glas benötige ich in der Woche für mein Müsli.

Euer Theo

