

Saft selber machen

Orangensaft aus der Packung, Apfelsaft aus der Packung, diverse Obst- und Gemüsesäfte aus der Packung, angereichert mit Konservierungsstoffen und ähnlichen Zusätzen von denen eigentlich kaum einer genau sagen kann, worum es sich eigentlich handelt. Dabei ist es doch so einfach, sich seine Säfte einfach selbst zu machen.

Und dazu benötigt man nicht immer einen Entsafter. Orangensaft und Zitronensaft ist mit einer einfachen Handpresse schnell und schonend zubereitet. Für einen Liter Saft benötigt man etwa 1,5 bis 2kg Früchte. Zum Süßen kann man anstelle von Zucker auch Honig verwenden. An warmen Sommertagen fügt man einfach ein paar Eiswürfel bei.

Um Gemüsesäfte wie zum Beispiel Karotten- oder Selleriesaft zuzubereiten, benötigt man einen Entsafter. Wenn man die Gemüsesäfte nicht einfach so trinken möchte, kann man diese natürlich mit Salz, Pfeffer und anderen Gewürzen veredeln. Aber Karottensaft zum Beispiel kann man auch mit etwas Honig süßen.

Die verschiedenen Arten um Obstsaft selber zu machen:

Es gibt verschiedene Methoden um Saft zu machen, die heute gebräuchlichste ist die Saftzentrifuge, aber es gibt auch noch den Dampfentsafter und den Saftbeutel wie zu Omas Zeiten. Wenn Sie mit dem Entsafter Saft auf Vorrat machen möchten, müssen Sie den Saft noch zusammen mit Zucker aufkochen und heiss in die Flaschen füllen und sofort verschrauben.

Im Dampfentsafter:

Der Dampfentsafter lohnt sich für grosse mengen Obst, die zu

Saft verarbeitet werden sollen. Dampfentsafter sind garnicht so teuer, ca. 40 Euro für einen Entsafter mit 9l Fassungsvermögen. Ein elektrischer Dampfentsafter ist für ca. 100 Euro zu haben. Der Dampfentsafter ist ein mehrteiliger Topf mit verschiedenen Einsätzen und einem Ablassrohr für den Saft. Unten in den Topf kommt Wasser hinein danach kommt der Aufsatz in dem der Saft sich sammeln kann und oben Ein Siebaufsatz wo die Früchte reinkommen. Auch hier nicht vergessen, um den Saft haltbar zu machen müssen Sie den Saft zusammen mit Zucker (immer ca. 1:1) aufkochen und heiss in sterile Flaschen abfüllen, dann hält sich der Saft locker einige Monate. Der Dampfentsafter ist ideal geeignet um Kirschsaft, Apfelsaft, Pflaumensaft, Quittensaft und Birnensaft zu machen.

Mit dem Saftbeutel:

Die Saftgewinnung mit dem Saftbeutel ist wohl die mühseligste Art und heute so ungebräuchlich, das nirgends mehr Saftbeutel aufzutreiben sind. Wer es dennoch versuchen möchte, der nehme ein möglichst grosses Sieb lege es mit feuchtem Mull aus koche die Früchte für den Saft mit ein wenig Wasser und gebe die Masse in das mit Mull ausgelegte Sieb (nicht vergessen unter das Sieb ein Gefäß bzw. Topf zu stellen :-). Die Früchte über Nacht abtropfen lassen, den Saft ca. 1:1 mit Zucker aufkochen und in die Flaschen abfüllen und verschliessen. Diese Methode eignet sich für Himbeersaft, Brombeersaft, Erdbeersaft und auch für Johannisbeersaft.

Mit Weinsteinensäure:

Beerensaft können Sie auch mit Hilfe von Weinsteinensäure selbst herstellen. Für ca. 3kg Früchte benötigen Sie 80g Weinsteinensäure, 3l Wasser und ca. 5kg Zucker. Sie müssen die Weinsteinensäure in dem kochenden Wasser auflösen und über die

gewaschenen Früchte giessen, das ganze 24 Stunden ruhen lassen und danach in einen Topf abfiltern und den Zucker durch rühren, nicht durch Kochen auflösen. Das ganze in geeignete Gefäße umfallen (am besten in Rumtöpfe), mit einem Küchentuch abdecken und ca. 3 Wochen gären lassen. Danach in Flaschen umfüllen und verschliessen. Diese Methode habe ich von meiner Oma, es soll prima schmecken aber ehrlich gesagt habe ich es selbst noch nie versucht, weil ich mich da einfach nicht drantraue.