

Liebe Pfadfinderinnen und Pfadfinder,

liebe Marmeladen-Fans,

ihr könnt bei unserer Aktion „aufgeweckt – eingeweckt“ Marmelade in allen Geschmacksrichtungen herstellen. In der Regel reicht die Menge für 4 bis 5 Gläser. Ein Glas fasst bei uns etwa 340 ml. Ihr könnt natürlich die Mengen verdoppeln und verdreifachen oder viele verschiedene Marmeladen machen. Schön wäre es, wenn ihr je nach Gruppengröße 5 - 15 Marmeladen bei eurem Material für das Diözesanunternehmen mit einpackt und vor Ort am Zeltplatz an die Küchen abgibt.

Die Rezepte bestehen immer aus 2 Teilen Obst oder Gemüse und einem Teil Zucker. Oder anders gesagt: 1 kg Obst oder / und Gemüse wird mit 500 g Zucker vermengt. Hinzu kommen dann die Schale einer Zitrone und gerne auch der Saft hiervon.

So könnt ihr völlig kreativ werden und jede Marmelade kochen, die ihr am liebsten mögt oder ausprobieren wollt.

#### Zum Beispiel:

- *Stachelbeer-Johannisbeere-Zucchini (400g + 400g + 200g)  
à Die Zucchini schmeckt ihr am Ende nicht heraus, die Marmelade wird jedoch weniger süß.*
- *Kiwi-Birne-Limette (500g + 500g + 2 Limetten mit Saft statt einer Zitrone)*
- *Apfel-Birne-Zimt (500g + 500g + ½ Teelöffel Zimt)*
- *Möhre-Zitrone (500g Möhren + 500g Zitronen geschnitten)*

Viel Spaß beim Nachkochen. Wir sehen uns dann bei kleben bleiben 2019.

**Euer Facharbeitskreis Internationale Gerechtigkeit**

**FAK Internationale Gerechtigkeit**

inge@dpsg-essen.de



*aufgeweckt  
eingeweckt!*

Im Rahmen von:



Das Diözesanunternehmen des DV Essen

**Diözesanbüro**

An Sankt Ignatius 8  
45128 Essen

Tel.: 0201 27905-0  
Fax: 0201 27905-55

E-Mail: info@dpsg-essen.de  
Web: www.dpsg-essen.de

**Rechtsträger:**

Pfadfinderförderwerk  
im Bistum Essen e.V.

Bankverbindung:  
Pax Bank eG Essen  
GENODED1PAX  
DE 15 3706 0193 2000 4150 41

# Rezept *aufgeweckt eingeweckt!*

## Möhren-Apfel-Marmelade

Ihr braucht:

- 500 g Möhren Sparschäler
- 500 g Äpfel Messer
- 500 g 2:1 Gelierzucker Brettchen
- 1 Zitrone Reibe
- ausreichend großer Topf mit Deckel
- Marmeladengläser
- Optional: Pürierstab

Ergibt: 4 bis 5 Gläser Marmelade

1. Wascht Äpfel, Möhren und die Zitrone.
2. Schält die Äpfel und die Möhren.
3. Schneidet Äpfel und Möhren in kleine Stücke.

**Tipp:** Wenn ihr stückige Marmelade herstellen wollt, solltet ihr sehr kleine einheitlichere Stücke schneiden oder Äpfel und Möhren reiben.

4. Reibt von der Zitrone die Schale ab.

**Tipp:** Presst gerne auch die Zitrone aus und schüttet den Saft über eure Möhren und Äpfel.

5. Jetzt kommt alles zusammen in einen Topf.
6. Erhitzt den Topf langsam.

**Vorsicht:** Ihr wollt die Zutaten nicht anbraten, sondern langsam erhitzen, sodass sie Flüssigkeit verlieren. Lasst dafür am besten den Deckel auf dem Topf.

7. Sobald alles warm ist, bringt die Masse für 5 Minuten zum Kochen. Rührt gelegentlich vorsichtig um.
8. Nehmt die Marmelade vom Herd. Wenn ihr sie pürieren wollt, ist jetzt der richtige Zeitpunkt.
9. Füllt eure Marmelade in die Gläser ein.

**Vorsicht: Die Marmelade ist wirklich heiß!**

**Tipp:** Füllt die Gläser nicht ganz randvoll. Die heiße Marmelade dehnt sich im kalten Zustand noch etwas aus. Dafür braucht sie Platz. Als gute Markierung lässt sich der Beginn des Schraubverschlusses nehmen.

10. Dreht nun die Deckel auf die Gläser.
11. Lasst die Marmeladen auskühlen und klebt dann die Aufkleber auf die Gläser.

**Tipp** Erst die Aufkleber beschriften, dann aufkleben.

12. Probieren. Hmmm, lecker.

**Tipp 1:** Verfeinert eure Marmelade zum Beispiel mit Vanille, Zimt, Pfeffer, Limettensaft, ...

**Tipp 2:** Ersetzt einen Teil der Äpfel durch Birne, Himbeeren, Zucchini, Stachelbeeren, ...

Hier sind euch keine Grenzen gesetzt

# Rezept *aufgeweckt eingeweckt!*

## Erdbeermarmelade

Ihr braucht:

- 1kg Erdbeeren Messer
- 500 g 2:1 Gelierzucker Brettchen
- 1 Zitrone Reibe
- ausreichend großer Topf mit Deckel
- Marmeladengläser
- Optional: Pürierstab

Ergibt: 4 bis 5 Gläser Marmelade

1. Wascht die Erdbeeren und die Zitrone.
2. Schneidet die Erdbeeren in kleine Stücke.

**Tipp:** Wenn ihr stückige Marmelade herstellen wollt, solltet ihr sehr kleine einheitlichere Stücke schneiden.

3. Reibt von der Zitrone die Schale ab.

**Tipp:** Presst gerne auch die Zitrone aus und schüttet den Saft über eure Erdbeeren.

4. Jetzt kommt alles zusammen in einen Topf und erhitzt den Topf langsam.

**Vorsicht:** Ihr wollt die Zutaten nicht anbraten, sondern langsam erhitzen, sodass sie Flüssigkeit verlieren. Lasst dafür am besten den Deckel auf dem Topf.

5. Sobald alles warm ist, bringt die Masse für 5 Minuten zum Kochen. Rührt gelegentlich vorsichtig um.
6. Nehmt die Marmelade vom Herd. Wenn ihr sie pürieren wollt, ist jetzt der richtige Zeitpunkt.
7. Füllt eure Marmelade in die Gläser ein.

**Vorsicht:** Die Marmelade ist wirklich heiß!

8. Dreht nun die Deckel auf die Gläser.
9. Lasst die Marmeladen auskühlen und klebt dann die Aufkleber auf die Gläser.

**Tipp:** Erst die Aufkleber beschriften, dann aufkleben.

10. Probieren. Hmmm, lecker.

**Tipp 1:** Verfeinert eure Marmelade zum Beispiel mit Vanille, Zimt, Pfeffer, Limettensaft, ...

**Tipp 2:** Ersetzt einen Teil der Erdbeeren



## Was ist Marmelade?

Marmelade (von portugiesisch marmelo ‚Quitte‘) ist die traditionelle Bezeichnung für einen Brotaufstrich, der aus mit Zucker eingekochten Früchten hergestellt wird, ohne dass Fruchtstücke im Fertigprodukt sichtbar bleiben. In der EU ist im Verkauf und in der Werbung die Bezeichnung heute – mit lokalen Ausnahmen – nur noch für Zitrusprodukte erlaubt (in denen jedoch sichtbare Fruchtstücke vorhanden sein können, oft sind dies Schalenteile), Produkte aus anderen Früchten werden als Konfitüre bezeichnet.

## Woher stammt das Wort Marmelade?

Marmelade geht auf portugiesisch marmelada ‚Quittenmus‘ zurück, eine Ableitung von port. marmelo ‚Honigapfel‘, ‚Quitte‘. Marmelo stammt von lateinisch melimelum beziehungsweise letztlich von griechisch μελίμηλον mélimēlon, einer Zusammensetzung aus griech. μέλι méli, deutsch ‚Honig‘ und griech. μήλον mélon, deutsch ‚Apfel‘. Die Bedeutungserweiterung fand wohl im Französischen statt, durch welches das portugiesische Wort schließlich ins Deutsche gelangte. In Deutschland lässt sich die Bezeichnung spanische Marmalada erstmals 1597 in Hamburg nachweisen

## Seit wann gibt es Marmelade?

Die erste marmeladeähnliche Substanz ist bis ins alte Rom zurückzuverfolgen. Ausgrabungen im Jahre 1937 haben in Tongefäßen Rückstände von Zwetschgenmus in Verbindung mit Zuckerrohr nachgewiesen. Dieses ist ein Vorläufer der heutigen Marmelade.

## Die Gläser auf den Kopf drehen?

Nach dem Abfüllen der eingekochten Früchte in Gläser können die Gläser kurze Zeit auf den Kopf gestellt werden. Dies dient dem Sterilisieren des Randes und der Innenseite des Deckels durch den heißen Fruchtbrei. Ein weitverbreiteter Irrtum ist, dass dies auch den für die Konservierung nötigen Unterdruck erhöht. Dieser entsteht durch das Abkühlen der im Glas enthaltenen Luft – unabhängig davon, ob das Glas auf dem Kopf steht oder nicht.