

Informationen zur Sendung vom 11.03.2025

Orangenmarmelade

Von Ulla Scholz

Zutaten

1 kg Bio-Orangen
500 g Gelierzucker 1:1
1 Zitrone

Zubereitung

Die Orangen abwaschen und über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Am nächsten Tag das Wasser abgießen und die Früchte abtrocknen. In frischem Wasser so lange sanft köcheln lassen, bis man die Schale mit einem Strohhalm durchstechen kann (ca. 30 Minuten).

Die Flüssigkeit abgießen und das Obst etwas abkühlen lassen. Die Früchte vierteln, das Fruchtfleisch herauslösen und kleinschneiden. Wir benötigen nun die Hälfte der Orangenschalen, die andere Hälfte kann weg. Die Schalen mit einem Löffel so bearbeiten, dass das innere Weiße weggeschabt wird. Die orange Außenhaut bleibt übrig und wird in feine Streifen geschnitten.

Für die Konfitüre das Fruchtfleisch und die Schalensteifen abwägen. Beides in einen Topf geben, mit Zitronensaft aromatisieren und mit der gleichen Menge Gelierzucker verrühren. Die Marmelade zum Kochen bringen und nach Packungsanleitung circa 2 bis 3 Minuten sprudelnd kochen. In Twist-Off-Gläser füllen, mit Deckel verschließen und für 10 Minuten auf den Kopf stellen.

Selbstgekochte Marmelade mit einem Etikett beschriften, wo alle Zutaten, Art des Gelierzuckers und das Herstellungsdatum vermerkt werden. Das ist besonders sinnvoll, wenn wir Selbstgemachtes an andere Personen verschenken wollen, die möglicherweise bestimmte Lebensmittel oder Zusätze nicht vertragen.

Ullas Küchentipps

Orangenmarmelade als Allrounder

Orangenmarmelade schmeckt auf gebuttertem Toastbrot, dient aber zur Verfeinerung von Joghurt, Quark, Scones, Plätzchen und Kuchen. Manch herzhaftere Speisen – wie Curry-Ketchup, Salatsaucen, Chutney, Geflügel, Wild oder Schweinefleisch verleiht das Würzen mit etwas Zitrusmarmelade ein schönes Aroma.

Kleine Variationen

Nach dem gleichen Prinzip lässt sich auch eine Zitronenmarmelade oder eine Marmelade aus Blutorange herstellen. Wichtig ist, dass die Früchte möglichst saftig sind und keine dicke Schale aufweisen. Die weiße Innenhaut ist immer sehr bitter und muss entfernt werden. Bei allen Rezepten, wo später die Zitruschale mitgegessen wird, immer Bio-Früchte verwenden. Unbehandelt reicht leider nicht aus.

Informationen zur Sendung vom 11.03.2025

Orangenmarmelade

Von Ulla Scholz

Es gibt verschiedene Verfahren, wie sich Orangen- oder Zitronenmarmelade einkochen lässt. In einigen Rezepten wird die gelbe oder orange Haut mit dem Sparschäler abgezogen und in feine Streifen geschnitten. Die weiße bittere Schale, die dann bleibt, mit einem scharfen Messer entfernt. Nun die Filets aus dem Fruchtfleisch lösen und mit den gelben oder Orangen Schalenstreifen und Gelierzucker zu Marmelade verkochen.

Welcher Gelierzucker ist am besten?

Die Verpackung wählen, die am wenigsten Zusatzstoffe enthält. Zum Marmeladekochen benötigen wir nur Zucker, Pektin und Zitrone. Hier sind Bio-Produkte prima. Sie bestehen oft aus Rohrohrzucker, der eine schöne Karamellnote erzeugt.

Gläser umdrehen, eine Glaubensfrage?

Marmelade ohne Konservierungsstoffe halten am besten, wenn wir es wie unsere Vorfahren handhaben. Die Gläser nach dem Verschließen für einige Minuten auf den Kopf stellen. Mikroorganismen, die während der Verarbeitung in die Luftschicht unter den Deckel gelangt sind, werden so sicher abgetötet und es bildet sich später kein Schimmel.

Bei Twist-Off-Gläsern alte und beschädigte Deckel entsorgen und in neue Exemplare investieren. Eine Marmelade kann mit einem beschädigten Deckel kein schützendes Vakuum bilden. Das entsteht, wenn sich die heiße Luft im Glas abkühlt und zusammenzieht. Wir erkennen es daran, dass sich der Deckel leicht nach innen wölbt. Beim Öffnen hört man dann später das berühmte „Plopp“.

Gutes Gelingen und viel Vergnügen wünscht Ihnen Ulla Scholz!