



Grundrezept Marmelade aus Wildfrüchten

Essbare Wildfrüchte, die sich für die Verarbeitung zur Marmelade eignen, sind z.B.:

Traubenkirsche (*Prunus padus*), Schwarzer Holunder (*Sambuccus nigra*), Schlehe (*Prunus spinosa*), Weißdorn (*Crataegus monogyna/lavigata*), Hagebutte (*Rosa canina*), Kornelkirsche (*Cornus mas*) und Sanddorn (*Hippophae rhamnoides*).

Beim Sammeln der Früchte empfiehlt es sich bei den „wehrhaften“

Sträuchern, also den Wildrosen bzw. allen die „-dorn“ im Namen tragen, Handschuhe zu tragen. Das Sammeln an Straßenrändern und in fremden Gärten sollte man vermeiden, ebenso mehr zu sammeln, als man benötigt. Die Vögel freuen sich auch über die Früchte!

Spätreife Früchte sollten erst nach dem ersten Frost geerntet werden, da sie dadurch an Säure verlieren (Schlehe), Aroma gewinnen (Weißdorn) oder weicher werden (Hagebutte), was die Kochzeit verkürzt. Alternativ (oder zusätzlich) kann man die geernteten Früchte auch für 2 Tage in die Gefriertruhe legen.

Zubereitung Marmelade:

Da unsere Wildfrüchte, da sie nicht auf Ertrag gezüchtet sind, vergleichsweise wenig Fruchtfleisch und große Kerne haben, empfiehlt es sich, sie zunächst zu Mus zu verarbeiten:

- Die gewaschenen Früchte mit Wasser aufkochen und bei gelegentlichem Rühren weichkochen. Das geht bei Schlehe schnell, kann bei der hartschaligen Hagebutte bis zu einer Stunde dauern.
- Das Mus nun durch ein Sieb streichen, eine flotte Lotte funktioniert auch. Sollte noch zu viel Fruchtfleisch an den Kernen sein, können die Kerne ein zweites Mal mit etwas Wasser aufgekocht werden.
- Wenn das Mus sehr fest ist, kann es mit Flüssigkeit im Verhältnis 4: 1 (Mus zu Flüssigkeit) verdünnt werden. Puristen nehmen Wasser, wer es lieblicher für den Gaumen mag, kann auch Fruchtsaft (z.B. Apfelsaft von der Streuobstwiese) verwenden.



- Das (verdünnte) Mus wird nun mit Gelierzucker nach Packungsanleitung eingekocht, dabei muss gut gerührt werden, um ein Anbrennen zu verhindern. Kochend eingefüllt und gleich verschlossen ist die Marmelade mind. ein Jahr haltbar.
- Die Beeren des Schwarzer Holunder haben keine nennenswert großen Kerne und können ohne Passieren als Konfitüre verarbeitet werden. Allerdings ist das Abzupfen der kleinen Beeren recht aufwendig!

Zubereitung Gelee:

- Saftreiche Früchte, wie Schwarzer Holunder, Sanddorn oder Kornelkirsche können auch ohne großen Aufwand im Dampfsafter entsaftet werden.
- Den Saft abkühlen lassen und erst dann mit dem Gelierzucker mischen, erneut aufkochen und kochend abfüllen.
- Der Saft vom Schwarzen Holunder und vom Sanddorn kann 3:1 mit Apfelsaft gemischt werden, um das Gelee süßer zu machen.
- Für die Geleezubereitung eignet sich auch der rote Traubenholunder (*Sambuccus racemosa*), da die giftigen Kerne nicht ins Kochgut geraten.