



Rubrik: Senf und Soßen

Apfelessig

Wer sich schon einmal mit der Herstellung einer Soße für Currywurst oder einer Mop-Sauce für Spare Ribs beschäftigt hat, kommt an einer Zutat nicht vorbei, dem Apfelessig. Dabei ist Apfelessig oder Essig allgemein schon fast ein Wundermittel. Essig hat durch die enthaltene Essigsäure eine antibakterielle und antifungizide Wirkung und kann vor Krankheiten schützen. Direkt auf der Haut angewendet hilft er Bakterien und Pilze zu bekämpfen und direkt auf die Kopfhaut aufgetragen ist Essig ein altes Hausmittel gegen Schuppen. Aber auch im Körper helfen bereits 2 Esslöffel pro Tag den Blutzuckerspiegel zu regulieren. Also ein wahres Teufelszeug, aber wie entsteht der Essig?

Essig entsteht in zwei Stufen. Zuerst wandeln wilde Hefen, die in der Luft natürlich, aber vor Allem auf Früchten, vorkommen den Fruchtzucker und den zugegebenen Zucker in Alkohol um. Im zweiten Schritt fermentieren, ebenfalls natürlich in der Luft und auf Früchten vorkommende, Essigsäurebakterien den Alkohol unter Zuhilfenahme von Sauerstoff zu Essig. Aber genug der Theorie, jetzt geht es los.

Praktisch für die Produktion unseres Apfelessigs ist ein Maische- oder Weithalsfass entsprechend der Menge, die ihr herstellen wollt. Ich habe hier ein 5l Maischefass. Das Gefäß sollte mit kochendem Wasser sterilisiert werden. Dann wird es zu 4/5 mit Apfelstücken oder Resten gefüllt. Das dürfen gerne Schalen, Kerngehäuse oder vorgeputztes Fallobst sein. Wichtig ist, keine gammeligem Apfelteile zu verwenden. Dort haben sich schon Fäulnisbakterien gebildet. Um die Gärung zügig in Gang zu bringen, geben wir noch je 2EL



Zucker pro Kilogramm Früchte dazu und füllen das Gefäß mit kaltem Wasser auf. Um Insekten abzuhalten wird das Gefäß mit einem Tuch unter dem Deckel lose verschlossen. Auf keinem Fall dürft ihr euren Ansatz dicht verschließen, da bei der Gärung ordentlich Gas frei wird. Besonders am Anfang sollte der Ansatz alle paar Tage umgerührt werden, da die Apfelteile oft noch an die Oberfläche treiben. Dort könnte sich in diesem Stadium noch Schimmel bilden. Das die Gärung eintritt, hört ihr deutlich am stärker werdenden Blubbern und einem leichten Schäumen. Nach ein paar Wochen wird das Blubbern weniger und der typische Essiggeruch entsteht.



Nach ca. 6 Wochen sollte euer Ansatz auch schon einen kräftigen Essiggeschmack haben. Ich habe meinen Ansatz drei Monate reifen lassen. Nach dem ersten Abseihen waren die Apfelstücke völlig zermatscht und der Essig hatte einen kräftigen, aber fruchtigen Geschmack.



Nach dem ersten Abseihen der groben Bestandteile müsst ihr euch entscheiden, in welchem Maß ihr euren Apfelessig filtrieren wollt. Um den Charakter des selbstgemachten Produkts zu unterstreichen, habe ich mich für eine naturtrübe Variante entschieden. Deshalb habe ich den Essig nur durch einen Permanent-Kaffeefilter aus Kunststoff gesiebt. Wer es klarer mag kann ein Passiertuch verwenden.

Aus meinem anfänglichen Ansatz in meinem 5l Maischefass habe ich am Ende 2,5l Apfelessig gewonnen. Der Geschmack ist einzigartig, fruchtig mit angenehmer Säure. Fest verschlossen (jetzt geht es), dunkel und kühl gelagert, ist der Essig durch den hohen Säuregehalt fast unbegrenzt haltbar. Ist er allerdings zu viel Wärme oder Sauerstoff ausgesetzt, kann sich an der Oberfläche Schimmel bilden und er beginnt muffig zu riechen.

In Flaschen gefüllt und mit einem schönen Etikett versehen, ist das auf jeden Fall ein schönes Mitbringsel oder Geschenk an eure Gäste.



Gutes Gelingen!

Mehr gibt es auf: www.rs-projects.de