



EINLAGERN IN ÖL

Das Konservieren von Kräutern, Gewürzen und feinen Gemüseköstlichkeiten in Speiseöl kann die Pantry auch in entlegenen Gebieten aufbessern und erleichtert das Kochen während unbequemer Seeschläge.

In Speiseöl kann Verschiedenstes eingelagert werden: Kräuter und Gewürzmischungen, feine Pilzmischungen, aber auch Gemüseantipasti. Je nach Gemüse, Stückgrößen und Vorbereitung des Gemüses sind die Konserven unterschiedlich lange haltbar. Wird das Gemüse klein gehackt, vorab gebraten oder getrocknet, ist die Konserve für das Einlagern ohne Kühlschrank gut geeignet. Frisches Stückgemüse in Öl beginnt je nach Wärme im Boot nach ein oder zwei Wochen zu Gären und verändert dabei ihren Geschmack. Deshalb eignet sich das Einlagern von frischem Stückgemüse besser für Boote mit Kühlmöglichkeit, wo sie länger haltbar sind und als Delikatesse zur Jause gereicht werden können.

An Bord LA BELLE EPOQUE leben wir ohne Kühlschrank, weshalb bei uns vor allem das Einlagern zur



Haltbarmachung wichtig ist. Vor allem das Einlagern von Knoblauch in Öl ist bei uns an Bord üblich. Der eingelagerte Knoblauch bleibt über viele Monate haltbar und erleichtert das Kochen, da nicht nach jedem Knoblauchgericht das lästige Abwaschen der Knoblauchpresse anfällt! Außerdem sind ausgewachsene oder ausgetrocknete Knoblauchknollen nun Geschichte an Bord! Aber auch fein gehackte Chilischoten, Zwiebel-Kräutermischungen und ähnliche Gewürzöle sind bei uns an Bord beliebt.

Leben an Bord - Proviant auf Langfahrt

Es gibt generell zwei verschiedene Arten, in Öl einzulegen: Das Einlegen von getrockneten Gewürzen in kaltes, hochqualitatives Öl zur Erzeugung von Gewürzölen, oder das Einlegen frischer Kräuter und gehackte Gemüsen in heißes Speiseöl zur Haltbarmachung des Einlegegutes. Bei der hier

vorgestellten Haltbarmachung handelt es sich um die zweite der genannten Varianten: Das Einlegen in heißes Speiseöl zur Haltbarmachung des Einlegegutes. Natürlich erhält man auch bei dieser Variante wohlschmeckendes Gewürzöl, welches die Pantry aufwertet, jedoch ist dies lediglich das Nebenprodukt.

Und so wird 's gemacht - das Beispiel „Knoblauch in Öl“:

- Gesammelte und gewaschene Schraubdeckel-Gläser in kochendem Wasser einige Minuten sterilisieren. Dabei auch die Deckel auf Rost kontrollieren und ins kochende Wasser geben. Auf einem frischen Geschirrtuch trocknen lassen.

- Den frischen Knoblauch putzen und möglichst klein hacken. Für diese Arbeit hat sich bei uns an Bord ein handbetriebener Zerkleinerer der Firma Tupperware bewährt. Der Knoblauch kann aber auch mit dem Messer gehackt oder mit einer Knoblauchpresse zerkleinert werden.

- Die sauberen und ausgekühlten Gläser werden nun bis zu 3/4 mit dem zerhackten Knoblauch gefüllt. Je nach Gusto können dem Knoblauch dabei auch verschiedene Gewürze beigemischt werden (Chili, Curry, Kräuter der Provence,...) Da der Knoblauch später bei Verwendung in der Regel angeröstet wird, sollte allerdings auf Gewürze, die beim Anbraten den Geschmack verändern (wie zum Beispiel Paprikapulver) verzichtet werden. Darauf achten, dass nicht zu viele Luft einschüsse in den gefüllten Gläsern sind.

- Nun muss das Speiseöl erhitzt werden. Um keine schädlichen Transfettsäuren beim Erhitzen des Öls zu erzeugen, muss Öl mit hohem Schmelzpunkt ausgewählt werden. Öle, die sich gut für diese Erhitzung eignen sind in der Regel billige Pflanzenöle wie Rapsöl, Sonnenblumenöl, Maisöl. Kaltgepresste feine Öle wie Olivenöl, Leinsamenöl, Nussöl und ähnliches eignet sich nicht für diese Behandlung und sollten besser frisch für Salate verwendet werden. Das Erhitzen des Öls fordert einiges an Fingerspitzengefühl. Desto heißer das Öl beim Einfüllen ist, desto besser wird der Knoblauch haltbar, doch ist es gefährlich, das Öl zu verbrennen. Mit etwas Teig (hier Tortillas) kann man testen, ob das Öl auch wirklich heiß ist.



Leben an Bord - Proviant auf Langfahrt



•Nun muss das Öl in die vorbereiteten Gläser eingefüllt werden. Vorsicht, das heiße Öl spritzt und schäumt sobald es auf den Knoblauch gegossen wird und man kann sich leicht böse Verbrennungen einhandeln! Aufgrund von Luftpolstern zwischen den Knoblauchstücken wird das Öl nicht bis an den Glasboden fließen, deshalb muss mit einem sauberen Löffel nachgeholfen werden. Vorsicht, das Glas ist nun wirklich heiß! Mindestens einen Zentimeter Rand frei lassen.

•Mit einem sauberen Tuch (Küchenrolle) den Glasrand säubern. Die noch heißen Gläser verschließen und beschriften.



Gelagert wird der eingelegte Knoblauch an einem dunklen Platz. Da der Knoblauch für einige Zeit arbeitet und dabei etwas Öl aus den Gläsern gedrückt werden kann, ist es empfehlenswert, die Gläser in einem Plastikbehälter zu stauen. Auch ändert eingelegter Knoblauch sehr bald seine Farbe - er wird grün. Diese Farbe hat allerdings nur mit den Inhaltsstoffen des Knoblauchs zu tun und ist kein Hinweis für Verderb. Sollten sich „Schlieren“ und Fäden in den Gläsern bilden, kann das einen Schimmelbefall zeigen, der Inhalt dieser Gläser sollte nicht mehr verwendet werden. Um Schimmel zu vermeiden, stets mit sauberen Löffel in die Gläser fahren. An Bord von LA BELLE EPOQUE hat so eingelegter Knoblauch bis zu acht Monate gehalten, dann war bisher auch das letzte Glas aufgebraucht, ohne Verderb zu zeigen!



[zurück zur Homepage....](#)

Diese Homepage soll unsere Erfahrungen zeigen, die Inhalte der Texte sind daher unsere persönlichen Anschauungen und unterliegen keiner Verpflichtung auf Vollständigkeit oder Richtigkeit. Dies gilt auch für alle navigatorischen Informationen und angegebenen Koordinaten, wir übernehmen keinerlei Haftung