

Apfelschnitz und Kräutertee

Trocknen und Dörren –

Rezepte



agridea

ENTWICKLUNG DER LANDWIRTSCHAFT UND DES LÄNDLICHEN RAUMS
DÉVELOPPEMENT DE L'AGRICULTURE ET DE L'ESPACE RURAL
SVILUPPO DELL'AGRICOLTURA E DELLE AREE RURALI
DEVELOPING AGRICULTURE AND RURAL AREAS

selbstgemacht – eingemacht – feingemacht

Verarbeitung von Lebensmitteln für die Selbstversorgung

Das Gesamtwerk zum Thema Selbstversorgung ist als Ordner erhältlich.
Er enthält sämtliche Einzelkapitel mit einer Fülle von erprobten Rezepten sowie Arbeitsvorlagen.
Sämtliche Kapitel des Ordners sind auch einzeln als Broschüren verfügbar.
Ordner und Broschüren können bei der AGRIDEA bestellt werden.

Download der Rezeptdateien und Arbeitsunterlagen unter www.agripedia.ch

Inhaltsverzeichnis

Apfelschnitz und Kräutertee – Trocknen und Dörren

Zimt-Apfel-Chips	3
Schokolade-Apfelringe	3
Dörrfruchtsauce	4
Reisköpfchen mit Dörrfruchtsauce	5
Dörrapfelcrème	6
Dörrzwetschgenmousse	6
Dörrkompott oder Dörrfruchtsalat	7
Dörrobstwähe	8
Toggenburger Dörrobstfladen (Schlorzifladen)	9
Strudel mit Dörrobstfüllung	10
Greyerzer mit Dörrfrüchten	11
Schnitz und Drunder	12
Knuspermüesli (Granola)	13
Riegel	14
Energieriegel	14
Fruchtleder	15
Tee	16
Morgenfrischtee	16
Vieruhrtee	16
Feierabendtee	17
Apfelschalentee	17
Beliebte Teemischungen	18

ABKÜRZUNGEN

kg	Kilogramm	cl	Centiliter	Std.	Stunden	Bt.	Beutel
g	Gramm	EL	Esslöffel	Msp.	Messerspitze	P.	Paket
l	Liter	KL	Kaffeelöffel	Ø	Durchmesser	Ta.	Tasse
dl	Deziliter	Min.	Minuten	Stk.	Stück	Zw.	Zweig

Apfelschnitz und Kräutertee – Trocknen und Dörren

Zimt-Apfel-Chips

4	Äpfel	in feine Scheiben hobeln, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen
½ KL	Puderzucker Zimt	mit wenig Puderzucker und Zimt bestreuen

Trocknen

Im Ofen bei 100 °C, 1–2 Std.

Im ausgeschalteten, geöffneten Ofen auskühlen lassen

Lagerung, Haltbarkeit

Kühl und trocken aufbewahren, 3–4 Wochen.

Schokolade-Apfelringe

getrocknete Apfelringe
oder Apfelschnitze

1 Bt.	dunkle Tortenglasur oder Kuvertüre	nach Anleitung im Wasserbad schmelzen
		Die getrockneten Apfelstücke zur Hälfte in die Tortenglasur eintauchen, kurz abtropfen, auf Backpapier trocknen lassen

Variante

Andere Dörrfrüchte verwenden.

Dörrfruchtsauce

Vorbereitungen

100 g Dörrfrüchte über Nacht in 2 dl kaltem Wasser einweichen.

Zubereitung

100 g	Dörrfrüchte, eingeweicht	mit der Flüssigkeit aufkochen und pürieren
2–3 EL	Zucker	
1–2 EL	Kirsch oder Obst- branntwein	begeben, die Sauce warm oder kalt servieren

Bemerkung

Die Sauce passt zu Mousses, Köpfchen oder Glace.

Reisköpfchen mit Dörrfruchtsauce

Für 6 Förmchen à ca. 1 ½ dl Inhalt

Vorbereitungen

2 Blatt Gelatine in viel kaltem Wasser einweichen.
Förmchen mit kaltem Wasser ausspülen.

Reisköpfchen

1 l	Milch	
½ KL	Salz	
½ KL	Vanillezucker	
½	unbehandelte Zitronenschale, abgerieben	
150 g	Rundkornreis	alle Zutaten unter Rühren aufkochen, Hitze reduzieren und leicht zugedeckt ca. 30 Min. köcheln, ab und zu umrühren Pfanne vom Herd nehmen
2 Blatt	eingeweichte Gelatine	ausdrücken und sofort unter den heissen Reis mischen, unter Rühren auflösen
50 g	Zucker	
50 g	Mandeln geschält, gemahlen	zugeben, mischen, kühl stellen, bis die Masse am Rand leicht fest ist, dann glatt rühren
1,8 dl	Rahm, geschlagen	darunter ziehen, die Masse in die kalt ausgespülten Förmchen füllen Im Kühlschrank mindestens 3 Std. fest werden lassen

Dörrfruchtsauce

150 g	Dörrobst: Äpfel oder Aprikosen, grob zerkleinert	
3 dl	Süssmost oder Apfelwein	
3–4 dl	Wasser	zusammen aufkochen, 10 Min. köcheln, im Mixer pürieren
2 EL	Honig oder Birnel	
ev. 1 EL	Zucker	
½ KL	Vanillezucker	zugeben, mischen, warm oder kalt servieren

Servieren

Das Reisköpfchen kurz in heisses Wasser tauchen, den Rand lösen, auf einen Teller stürzen. Die Sauce dazu servieren.

Bemerkung

Bei der Verwendung von Süssmost, die Zuckermenge halbieren.

Dörrapfelcrème

300 g	Apfelringe, gedörrt	
4 dl	Weisswein	aufkochen, ca. 10 Min. leicht köcheln, bis nur noch wenig Flüssigkeit übrig bleibt Durchs Passevite treiben oder im Mixer pürieren, auskühlen lassen
150 g	Halbfett- oder Vollmilchquark	
180 g	Naturjogurt	
4 EL	Birnel, Zucker oder Honig	
½ P.	Vanillezucker	mischen, kaltes Dörrobstpüree zugeben, mischen
2 dl	Rahm oder Halbrahm, geschlagen	darunterziehen, bis zum Servieren kühl stellen

Dörrzwetschgenmousse

1 Tasse à 2 ½ dl Dörrzwetschgen mit ½ Liter Rotwein oder Traubensaft und wenig Zwetschgenschnaps nach Belieben über Nacht einweichen.

Zubereitung

	eingeweichte Dörrzwetschgen mit Rotwein oder Traubensaft	
3 EL	Zucker oder Vollrohrzucker	
1 KL	Agar-Agar	zugeben und zusammen aufkochen, 2 – 3 Min. köcheln lassen Grob pürieren und auf ca. 45 °C abkühlen lassen
2 dl	Rahm	steif schlagen
100 g	Vollmilch- oder Halbfettquark oder Naturjogurt	zugeben, unter die abgekühlte Masse ziehen und erkalten lassen Vor dem Servieren 1 Std. in den Tiefkühler stellen Mit einem Glacelöffel oder 2 Esslöffeln Kugeln stechen
	Nüsse fein gehackt, geröstet	garnieren

Variante

- Agar-Agar durch Gelatine ersetzen: 3 Blatt Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken, unter das heisse Zwetschgenpüree rühren, auskühlen lassen, dann Rahm und Quark darunterziehen.
- Geliermittel weglassen, dann gibt es eine Crème statt ein Mousse.

Dörrobstkompott oder Dörrfruchtsalat

100 g	Apfelringe, gedörrt	
100 g	Dörrzwetschgen	in ca. ½ cm breite Streifen schneiden
50 g	gedörrte Kirschen, ganz	
3 dl	Süssmost	
1 dl	Wasser	
½	Zitrone, Saft	
1	Zimtstange	
ev. 1 Msp.	Nelkenpulver	
ev. 1–2 EL	Honig	alle Zutaten zusammen aufkochen, 8 -10 Min. köcheln, Zimtstange entfernen, kalt servieren
1 dl	Rahm	flaumig schlagen und dazu servieren

Variante

- Süssmost und Wasser durch 4 dl Schwarztee ersetzen.
- Andere Dörrfrüchte verwenden.
- Rahm durch Vanille- oder Zimtglace ersetzen.

Dörrobstwähe

Für ein rundes Kuchenblech von 24 – 26 cm Ø

Vorbereitungen

400 g Dörrfrüchte in ½ Liter Süssmost 12 Std. einweichen.

Mandelmürbeteig

270 g	Mehl	
100 g	Mandeln, gemahlen, geschält	
1 Prise	Salz	
4–5 EL	Zucker	
1 Prise	Backpulver	in eine Schüssel geben, mischen
150 g	Butter, kalt	in Stücke schneiden, sorgfältig verreiben, bis die Masse gleichmässig fein ist
1	Ei	
1	Eiweiss	
6–8	EL Wasser oder Milch	mischen, zugeben, gut durchmischen, rasch zu einem mässig feuchten, kompakten Teig zusammen fügen, nicht kneten Zugedeckt mindestens 30 Min. kühl stellen ⅔ des Teiges auswallen, Blech belegen, den Teig ca. 1 cm über den Blechrand hochziehen Teigboden mit einer Gabel mehrmals einstechen Restlicher Teig für die Garnitur beiseitelegen

Belag

400 g	Dörrfrüchte, ohne Einweich-Saft	klein schneiden
200 g	Baumnüsse	hacken
4 EL	Rahm	
¼ KL	Zimt	
¼ KL	Nelkenpulver	beigeben, mischen, Masse auf den Teig streichen Restlicher Mürbeteig 3 mm dick auswallen, in 1 ½ cm dicke Streifen schneiden, diese gitterartig auf die Füllung legen, Teigrand gegen innen umlegen
1	Eigelb, zerklopft	
1 EL	Wasser oder Milch	beigeben, gut verrühren, Teig damit bestreichen

Backen

In der unteren Hälfte des auf 220 °C vorgeheizten Backofens ca. 30 – 40 Min.

Haltbarkeit

Die Dörrobstwähe lässt sich im Kühlschrank in Alufolie eingewickelt bis zu 10 Tagen aufbewahren.

Toggenburger Dörrobstfladen (Schlorzifladen)

Vorbereitungen

400 g Dörrobst über Nacht in 4 dl Wasser, Süssmost oder Traubensaft einweichen.
Kuchenblech von 28 cm Ø einfetten.
Als Boden Hefeteig oder Kuchenteig zubereiten.

Hefeteig

250 g	Mehl	in eine Schüssel sieben
1 EL	Zucker	
½ KL	Salz	zugeben, mischen, in der Mitte eine Mulde eindrücken
5 g	Hefe	zerbröckeln, in die Mehlmittle geben
30 g	Butter, weich	begeben
1 dl	Milch	alle Zutaten zu einem schönen, glatten Teig kneten, zugedeckt 1 Std. aufgehen lassen auswallen, vorbereitetes Blech belegen und Teigboden mit der Gabel einstechen

Füllung

400 g	Dörrobst	Birnen mit der Einweichflüssigkeit weich kochen und passieren
1 EL	Anis	leicht rösten, zerdrücken
1 KL	Zimt	
½ EL	Birnbrotgewürz	
4 EL	Zucker	
4 EL	Obstbrandwein	begeben, zu den passierten Birnen geben, gut vermischen und auf den Teigboden streichen

Backen

Ofenmitte
200 °C
15 Min.

Guss

2 EL	Mehl	
1 Prise	Salz	
2	Eier	
2 dl	Rahm	alles miteinander verrühren und auf die vorgebackenen Wähe giessen

Backen

Ofenmitte
200 °C
15 – 20 Min.

Bemerkung

Dieser Fladen (Wähe) ist eine Spezialität, die vor allem im Obertoggenburg am Silvesterabend gegessen wird. Auch die Appenzeller kennen diese Spezialität.

Strudel mit Dörrobstfüllung

Strudelteig

250 g	Dinkelweissmehl	in eine Schüssel geben
$\frac{3}{4}$ KL	Salz	darunter mischen, in der Mitte eine Mulde formen
1	Ei	
3 EL	Öl	
4–5 EL	Wasser	
1 EL	Essig oder Zitronensaft	in die Mulde geben, Mehl mit der Flüssigkeit von der Mitte aus anrühren, Teig kneten, bis er geschmeidig und glatt ist Unter heiss ausgespülter Schüssel oder in einem Tiefkühlbeutel gut verschlossen im Kühlschrank 30 Min. ruhen lassen Nach dem Ruhenlassen soll der Teig nicht mehr geknetet werden, da er sich sonst beim Auswallen immer wieder zusammenzieht

Füllung

200 g	Dörrfrüchte	zerkleinern
50 g	Sultaninen, gewaschen	
1 dl	Rotwein	
1 dl	Wasser	in einer Pfanne aufkochen, zugedeckt 1 Std. einweichen lassen, Restflüssigkeit abgiessen
200 g	Quark	
1 dl	Sauerrahm oder Crème fraîche	
1 Ei		
1 KL	Zimt	
100 g	Baumnüsse, grob gehackt	
evtl. 2 EL	Honig oder Birnel	mischen, Dörrfrüchte dazugeben und gut mischen
ca. 80 g	flüssige Butter	zum Bestreichen des fertig geformten Strudels
ca. 4 EL	Paniermehl oder Nüsse, gemahlen	

Strudel formen

Strudelteig auf gut bemehltem Küchentuch sehr dünn auswallen und seidenpapierdünn ausziehen, bis er überall durchscheinend ist.
Das Küchentuch mit einer Längskante an die Tischkante legen, den Teig mit flüssiger Butter bestreichen, mit Paniermehl oder gemahlenen Nüssen bestreuen.
Die Füllung auf das untere Viertel des Teiges verteilen, an den Seiten 3 – 4 cm breit frei lassen. Die schmalen Teigkanten rechts und links einlegen. Den Strudel mit Hilfe des Küchentuches von der langen Seite her einrollen. Mit der Naht nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Je nach Strudellänge leicht biegen oder in Hufeisenform bringen. Mit flüssiger Butter bepinseln und mit einer Gabel mehrmals einstechen.

Backen

Den Strudel im vorgeheizten Backofen bei 220 °C 30 – 40 Min. backen. Während und nach dem Backen nochmals mit flüssiger Butter bestreichen.

Greyerzer mit Dörrfrüchten

100 g	Dörrfrüchte gemischt, z.B. Äpfel, Birnen, Zwetschgen	
1 dl	Rotwein	
1 dl	Wasser	
½ KL	Zimt	
wenig	Nelkenpulver	
wenig	Pfeffer aus der Mühle	
1 KL	Honig oder Rohrzucker	zusammen aufkochen, über Nacht einweichen, mit dem Wiegemesser zerkleinern Mit zwei Kaffeelöffeln Nocken formen
8 Scheiben	Greyerzer, dünn Baumnussviertel oder grob gehackte Haselnüsse	Nocken auf die Greyerzerscheiben legen darüber streuen

Verwendung

Als Apéro oder Vorspeise, zum Dessert.

Schnitz und Drunder

Vorbereitungen

300 g gedörrte Apfelschnitze über Nacht in Wasser einweichen.

Zubereitung

1 EL	Butter	
1 EL	Mehl	
1 EL	Zucker	leicht rösten
2–3 dl	Einweichwasser der Äpfel	ablöschen, die eingeweichten Apfelschnitze zugeben
250 g	Speck, geräucht	darauf legen, zugedeckt ca. 45 Min. kochen
0,8–1 kg	Kartoffeln	schälen, in Würfel schneiden, zugeben
½ KL	Salz	würzen, evtl. noch etwas Flüssigkeit dazugeben Zugedeckt nochmals 20 – 30 Min. köcheln lassen, bis die Kartoffeln weich sind

Variante

Anstelle von Apfelschnitzen, gedörrte Birnenschnitze oder Apfel- und Birnenschnitze zu gleichen Teilen verwenden.

Knuspermüesli (Granola)

Ergibt 650 g

150 g	Haferflocken, grob	
150 g	Haferflocken, fein	
50 g	Sonnenblumenkerne	
25 g	Sesamsamen	
50 g	Haselnüsse ganz oder grob gehackte Baumnüsse	in einer grossen Pfanne oder auf einem Blech im Backofen bei 180 °C rösten, bis die Zutaten leicht bräunen und gut riechen
50 g oder 1 dl	Butter Öl	
50 g	Honig oder Birnel	
2 EL	Wasser	
2 Prisen	Salz	
1 KL	Vanillezucker oder -mark	
50 g	Sultaninen oder andere Dörrfrüchte, klein geschnitten	in einer grossen Schüssel mischen, die warme Flockenmischung zugeben, gut mischen, in die Schüssel pressen und erkalten las- sen, es sollen sich Klumpen bilden In luftdichte Gläser oder Dosen abfüllen

Haltbarkeit

2 – 3 Monate

Verwendung

Mit kalter Milch oder Jogurt übergossen und frischen Früchten gemischt, eignet sich das Knuspermüesli zum Frühstück oder als Zwischenverpflegung.

Riegel

Backblech einfetten oder mit Backpapier belegen.

1 EL	Butter	
100 g	Honig oder Birnel	in einer Pfanne erhitzen, bis der Honig schäumt
6 EL	Rosinen	
60 g	Nüsse, gehackt	
5 Stk.	Aprikosen, getrocknet	fein schneiden
5 Stk.	Apfelschnitze, getrocknet	fein schneiden
200 g	Haferflocken oder Flockenmischung	dazu geben und gut mischen

Backen

Ofenmitte

200 °C

15 – 20 Min.

noch warm in Stängel schneiden

Auf dem Backblech auskühlen lassen, bis die Stängel hart sind

Haltbarkeit

Gut verschlossen etwa 3 Wochen.

Energieriegel

Backblech einfetten oder mit Backpapier belegen

100 g	Butter	
100 g	Ahornsirup	
100 g	Rohrzucker	
2 Prisen	Salz	in einer Pfanne kurz aufkochen, Pfanne vom Herde nehmen
50 g	Nüsse, gehackt	
100 g	Aprikosen, getrocknet	fein schneiden
50 g	Kernenmischung	
150 g	Haferflocken oder Flockenmischung	dazu geben und gut mischen

Backen

Ofenmitte

160 °C

ca. 30 Min.

Auf dem Backblech auskühlen lassen, in ca. 16 gleich grosse Riegel schneiden

Haltbarkeit

Gut verschlossen etwa 3 Wochen.

Fruchtleder, getrocknet

Aus verschiedenen Früchten, z.B. Äpfel, Zwetschgen, Aprikosen, Beeren
Für 1 quadratisches Backofenblech ca. 30 x 40 cm

Vorbereitungen

Alle Zutaten und Arbeitsgeräte bereitstellen

Zubereitung am Beispiel Apfel

2–3 Stk	Äpfel	waschen, schälen, in Stücke schneiden
evtl. ½ dl	Wasser	zugeben, Äpfel weichkochen und pürieren (Wasser nur bei Bedarf zugeben)
evtl. wenig	Zucker oder Honig und/oder Zimt	beigeben, gut mischen Blech mit einem Blehreinpapier belegen und das Mus dünn darauf ausstreichen
		Mus im Backofen bei 60–70 °C/Heissluft ca. 4–8 Stunden trocknen Den Backofen ab und zu einen Spalt öffnen, damit der Wasserdampf entweichen kann Das Fruchtleder muss sich am Ende gut vom Blechreinpapier lösen Fruchtleder etwas abkühlen lassen, aufrollen und mit der Schere in Streifen schneiden

Bemerkungen

Überreife, jedoch einwandfreie Früchte können zu Fruchtleder verwertet werden

Sehr süsse Früchte können mit etwas Zitronensaft aromatisiert werden

Bei saftigen Früchten muss kein zusätzliches Wasser beim Aufkochen zugefügt werden

Erdbeeren, Himbeeren und Brombeeren werden nicht gekocht, sondern frisch püriert und entkernt

Verschiedene Früchte können gemischt werden

Fruchtleder kann auch auf dem Dörrex oder in einem Trocknungsschrank getrocknet werden, auch bei diesen Varianten wird ein Blehreinpapier verwendet

Je höher der Wassergehalt, je länger die Trocknungszeit

Je nach Dicke des aufgestrichenen Fruchtelses kann die Trocknungszeit länger dauern

Das Fruchtleder kann auch zuerst in Stücke geschnitten und dann gerollt werden

Haltbarkeit

3 Monate

Tee

Siehe Kapitel / Broschüre Apfelschnitt und Kräutertee – Trocknen und Dörren, 9. Trocknen von Kräutern, Blüten und Blättern und 10. Trocknen von Früchten für Tee

Morgenfrische-Tee

Brennnesseln
Birkenblätter
Pfefferminze
Ringelblumen
Kornblumen

in einen feuerfesten Krug geben

1 l

Wasser

aufkochen, über die Teemischung giessen, 6 – 8 Min. ziehen lassen

Honig oder Birnel

Tee nach Belieben süssen

Vieruhrtee

getrocknete Apfel-
und Birnenstücke

in kleine Stücke schneiden

Zitronenmelisse
Himbeerblätter
Hagebutten
Lindenblüten

1 l

Wasser

in eine Pfanne geben, zusammen aufkochen und 10 Min. köcheln lassen

Honig oder Birnel

Tee nach Belieben süssen

Feierabendtee

Zitronenmelisse
Waldmeister
Frauenmantel
Goldmelisse
Holunderblüten

in einen feuerfesten Krug geben

1 l

Wasser

aufkochen, über die Teemischung giessen, 6 – 8 Min. ziehen lassen

Honig oder Birnel

Tee nach Belieben süssen

Apfelschalentee

getrocknete Apfelschalen
1 Zimtstange
1–2 Nelken
1 Sternanis oder
1 kleines Stück Ingwer,
nach Belieben

mit kaltem Wasser aufsetzen, aufkochen und 15 Min.
köcheln lassen
Tee absieben

Süssmost,
Birnendicksaft
oder Honig
Zitronensaft

Tee nach Belieben süssen
beifügen

wenig

Beliebte Teemischungen

Holunderblüten
Malvenblüten
Pfefferminze

- | | | |
|---|-------------------|---|
| 1 | Wasser | in eine Pfanne geben, zusammen aufkochen und 10 Min. köcheln lassen |
| | Honig oder Birnel | Tee nach Belieben süßen |

Variante

- Marokkanische Minze, Pfefferminze, Zitronenthymian, Ringelblumen, Kornblumen, Lindenblüten, Stockrosen, Königskerzen.
- Himbeerblätter, Brombeerblätter, Thymian, Holunderblüten, Schlüsselblumen, Gänseblümchen.
- Frauenmantel, Spitzwegerich, Holunderblüten, Kamillen, Malvenblüten, Kornblumen.
- Goldmelisseblätter, Kornblumenblüten, Zitronenverveine, Himbeerblätter.
- Lindenblüten, Stockrosen, Apfelminze, Holunderblüten.
- Lindenblüten, Pfefferminzen, Ringelblumen, Goldmelissen.