


4.3.8.2 Gelei en confituur: jam-jam!





Jam of confituur is een pasta van vruchten met pectine, zuur en suiker.


Voor *confituur*  worden hele vruchten gebruikt (, ze kunnen stuk gaan).

Voor *jam*  worden de vruchten gepureerd of tijdens de bereiding fijngehakt.

Jam kan afkomstig zijn van het Engelse jam: fijn persen.

Voor *gelei*  wordt alleen het sap van de vruchten gebruikt.

Marmelade  wordt gemaakt van kweepeer, of met (de schillen van) citrusvruchten en is hierdoor wat bitterzoet.

Jam wordt traditioneel gemaakt door vruchten in te koken met evenveel suiker die zorgt voor de conserverende werking. Minder suiker bewaart minder lang. **Pectine**  is een onderdeel van de celwanden van planten en vruchten en werkt als bindmiddel. De gel vormt zich als pectine gekookt wordt met suiker en zuur.

Weinig pectine zit in kersen en aardbeien, vijgen, krieken, braambessen, bosbessen, frambozen, rabarber.

Voldoende tot veel pectine vind je in (pitten en schillen van) net rijpe appel, pruim en sinaasappel, kweepeer, aalbessen, peren, citrusvruchten, kruisbessen, niet te rijpe abrikozen.

Pectine wordt meestal gewonnen uit citrusschillen en pitten of uit appels.

Pectine maken

Pluk zure, nog onrijpe vruchten vroeg in het seizoen: kruisbessen, zure appels, rode bessen. Kook ze ca. drie kwartier lang in een beetje water. Laat het moes uitlekken door een doek. Het uitgelekte sap is zeer rijk aan pectine. Je kan het 3 à 4 weken in de koelkast bewaren.


Voeg bij bereidingen (confituur) de pectine toe voordat je de suiker toevoegt.

Voor een goed gebonden confituur of gelei is ook zuur nodig. Eventueel moet dat toegevoegd worden als Citroensap of Citroenzuur.

Het koken moet roerend op een hevig vuur gebeuren om zoveel mogelijk water te laten verdampen.

Na ca. zeven minuten koken moet de gel gevormd zijn. Als er te veel water in de vruchten is, treedt er na 20 minuten een nieuwe geleringsfase op. Indien het dan nog niet lukt krijgt men door verder koken een donkere gekaramelliseerde confituur die hard wordt en smaakt naar karamel.


Controleer de gelering door een druppel confituur op een koud bord te laten afkoelen.

Het omdraaien van de afgesloten, niet volledig gevulde bokaaltjes zorgt ervoor dat de deksels  met de hete confituur in aanraking komen en daardoor 'steriel' worden. Door de afkoeling verkleint het luchtcompartiment en zit het deksel vastgezogen. Luchtdicht

afdekken met gesmolten paraffine of was kan ook. Daarna eventueel nog papier of textiel erover, zodat de randjes langer schimmelvrij blijven.



Figuur 43 Fruitmolen

Een fruitmolen  lijkt op een vleesmolen, maar de schroef is conisch. Daardoor wordt de droge fractie (van vb. rode bessen) naar achter uit de molen geperst, terwijl het sap door het rooster wordt gedrukt en langs voor uit de molen loopt. Je krijgt er gespierde armen van!

*♫ Historisch waren vreselijke feiten als oorlog, genocide, slavernij geen gevolg van ongehoorzaamheid, maar van gehoorzaamheid.
Howard Zinn*