

## 5.2.6 Snoep zelf maken

Af en toe wat zoetheid. Chocolade, een praline, lolly of bonbon... Lekker verwennerij. Zelf maken kan. Echt iets voor suikertantes.

Soms heb je ze voor het grijpen: alle lekkere en zoete vruchten zijn snoepjes 📖. Maar je kan ze niet (lang) bewaren. Tenzij je er iets aan doet.

1. Vruchten drogen is dan een eerste mogelijkheid om snoepjes te maken: rozijnen, abrikozen,..
2. Een tweede stap is: ze nog zoeter maken (konfijten) waardoor ze 'lekkerder' worden en langer bewaren, gedroogd of op siroop.
3. En voor de volgende stap keren we het om: vruchten(sap) of kruiden(thee) toevoegen aan suiker, en dit inkoken of indrogen tot het een taai, niet meer vloeibare pasta en een meer kneedbare massa wordt.
4. Dat proces kan vereenvoudigd worden door nog een bindmiddel toe te voegen als gelatine, gom of agar.
5. En daarnaast is er ook nog een reeks snoepjes waarvoor we melk, room en/of boter toevoegen.

Met die principes en wat creativiteit kan je zelf aan de slag. Maak je eigen selecties en variaties voor kleuren, smaken en effecten (vb. tegen hoest,...)

Behalve suiker kan je ook andere zoetmakers gebruiken: honing, stroop, stevia, (ingekookt of gedroogd) fruit, zoethout.

Lekkere toevoegingen: (geschaafde) noten, rozijnen en andere gedroogde bessen en (stukjes) vruchten, (sesam- e.a.) zaadjes. (Cacao groeit hier niet, heb ik er maar uitgelaten.)

Eetbaar **fruitleer** 📖 maakte men vroeger van vruchten die te rijp gingen worden, of gekneusd waren. Fruitleer of fruitleder wordt ook fruit leather, fruitgums, fruit roll enz. genoemd.

De procedure is te vergelijken met het maken van beef jerky, gedroogd vlees. Je moet het fruit(afval) mixen, koken en afbakken tot een droog laagje dat maanden goed blijft. Je kan hiervan repen snijden en oprollen.


Verwijder steeltjes en pitten. Giet en spreid (schud) het moes (max. 5 mm) op een droogmatje (of bakpapier) en laat het in de voedseldroger op 57 graden ca. (4 tot) 8 uur drogen. Harder of zachter naar believen. Behalve in een dehydrator kan het ook in de oven op een hele lage stand en met open deur.

Je kan aan de mix zoetstof (honing), yoghurt of kruiden als kaneel toevoegen. Of tomaten-groenteleer met oregano of basilicum maken. Druiven en meloenen zijn niet geschikt. Citrusvruchten, -schil, veenbessen zijn enkel in combinatie met andere geschikte vruchten bruikbaar.

Bewaar het gedroogde fruitleer in droge potten.

Tegenwoordig wordt er ook (experimenteel) echt vegan fruitleer gemaakt: een versie waarmee kledingstukken en attributen kunnen gemaakt worden. (UCLL Limburg e.a.)

### Aardbei munt **gummies**

Meng 25 gram suiker (of kokosbloesem nectar) met 1 volle dessertlepel marmello  (vegetarisch vruchten geleermiddel). Pureer 200 gram aardbeien en breng dit aan de kook. Voeg ze samen en laat 1 – 2 minuten doorkoken. Draai het vuur uit en schep een eetlepel fijngehakte munt door het gelerende sap. Giet dit in (ijs) vormpjes en laat het verder opstijven in de koeling tot het vormvast is.

*♫ Snoep laat je kleren krimpen.*

### **Turks fruit**

Kook 350 ml water, 600 gr suiker en 3 eetlepels rietsuikerstroop op 115°C. Houd het warm.


Meng 125 ml sinaasappelsap en 3 eetlepels sinaasappelrasp met 2 zakjes gelatine. Los 100 gr maïzena op in 125 ml koud water en roer het door de hete siroop. Op een matig vuur roerend tot een dikke saus laten inkoken.

Neem de siroop van het vuur en roer er de sinaasappelmix, 1 eetlepel vanille-extract en 100 gr gehakte pistachenoten door. Bestrooi een cakevorm rijkelijk met poedersuiker. Giet het Turks fruit er en op laat het op een koele, droge plek 3-4 uur opstijven. Snijd deze koek in blokjes en wentel ze royaal in poedersuiker (tegen het kleven).

### **Fruitige snoepjes**

Breng 150 ml vers geperst sinaasappel- of citroensap en 200 gram rood fruit aan de kook. Week 10 gram gelatineblaadjes voor daarbij, OF voeg 5 gram agar agar poeder (eetlepel) toe. Goed doorroeren en laat meekoken.

Mix alles fijn en giet het in een schaal of vormpjes om op te stijven. Bewaar ze in een doos in de koelkast.


*Agar agar  onvertakte polysaccharide, vegetarisch gelatine vervangend bindmiddel (met dubbele bindkracht) uit de celwanden van sommige soorten roodwieren.*

### **Lolly's**

Verwarm zachte vruchten (zoals aardbeien, frambozen, ...) zachtjes tot het sap vrijkomt. Zeef de massa en los er 250 g suiker en de 2 theelepels vloeibare glucose (druivensuiker) roerend in op. Laat deze stroop verder inkoken.

Bestrijk een marmeren plaat met een beetje olie en schep er een paar eetlepels stroop op. Steek als de stroop nog zacht is er een stokje in. Eventueel vastlijmen met warme stroop. Laat afkoelen en hard worden.

### **Membrillo**

Je kan schoongemaakte en versneden kweeperen gaarkoken om lekkere gelei te maken. Het resterende vrucht vlees kan je pureren en met ongeveer evenveel suiker mengen en inkoken tot membrillo . Laat dit in een bakplaat afkoelen, en snijd blokjes.

Klassiek worden ze maanden tot een jaar in goed afgesloten houten doosjes met laurierbladen ertussen op een droge en koele plaats bewaard. Het wordt ook Carne de Membrillo (dulce de -), kweepeerkaas 📖 of kweepeerpasta genoemd.

### **Drop**

*Salmiak (ammoniumchloride) is een wit kristallijn poeder, het ammoniumzout van waterstofchloride (HCl). Hoewel de grondstoffen (ammoniak (NH<sub>3</sub>) en het gas zoutzuur (HCl)) zeer agressief zijn, vormen ze samen een zout (📖 salmiak) dat de basis vormt voor snoepgoed als drop.*

Kook stukjes zoethout in 250 ml water. Zeef dit en laat het extract indikken tot ongeveer 50 ml. Zet dan het vuur laag. Los hierin 3 theelepels stroop of bruine suiker op. Voeg een halve theelepel salmiak toe voor gewone drop (📖 of anderhalve voor zoute drop). Laat een vel gelatine 5 minuten in een schoteltje water weken. Maak op een ander schoteltje een papje van 3 theelepels tarwebloem en wat water.

Voeg beiden aan het kokende zoethoutextract toe, en blijf roeren (tegen aanbranden en vorming van klonters).

Als het mengsel glad en gebonden is, giet je het op een stuk ingevette plaat en laat de drop enkele dagen uitharden.

Drop volgens Leven in 1870, uittreksels uit de toenmalige 'Winkeler Prins' (encyclopedie):

..door koking verkregen extract van zoetwortelhout (Glycyrrhiza glabra en echinata).. in den handel in laurierbladeren gewikkeld.. Zeeuwsch drop: door poeder van catechu toe te voegen. Witte drop is een mengsel van gom, suiker, eiwit en oranjebloesemwater.

### **Kruidenbonbon**

Maak kruidenthee van bv. 3 goudsbloemen, 5 salie blaadjes, 1 takje rozemarijn, 6 kamillebloemen, 3 'groepjes' venkelzaad, en 14 eucalyptus blaadjes.

Verhitten 1 kop thee met een 1 kop suiker, en roer tot het kookt. Zodra het goedje 150 graden heet is, van het vuur halen, even roeren, en dan in de kuiltjes gieten die je hebt gemaakt in een bord vol poedersuiker.

### **Vlierbessen snoepjes**


Maak een aftreksel met een pijpje kaneel, 5 kruidnagels en wat gember op een halve liter water. Laat het een half uurtje sudderen en zeef de kruiden eruit. Doe hier 1 kg bessen per halve liter aftreksel bij, en laat alles zachtjes doorkoken.

Pers de bessen door een doek. Breng het sap weer aan de kook met ongeveer dezelfde hoeveelheid suiker (bruin, wit, kandij, ..). Dit is vlierbessensiroop.

Voor snoepjes laat je die zachtjes en lang inkoken. Giet de massa op een met olijfolie ingevet bord en laat het afkoelen om er stukjes af te knippen en balletjes van te rollen die je regelmatig, tegen het kleven, met poedersuiker bestrooit.

*✍ Geef een mens pluimen en hij krijgt vleugels. Phil Bosmans*




In niet rijpe en ongekookte vlierbessen  zit misselijk makend blauwzuur dat verdwijnt tijdens het koken.

Gooi alle bessen in een bak met water. De rijpe bessen zitten vol met suiker en zakken naar de bodem door hun hoger soortelijk gewicht, de onrijpe bessen blijven drijven. Je kan ze afscheppen of afgieten.



### **Borstbollen**

Meng een kop suiker, een halve kop water, een eetlepel citroensap, een eetlepel honing, 1/2 theelepel gember en 1/4 theelepel gemalen kruidnagel. Laat het koken en koelen, druppel het op bakpapier en bestrooi het met bloedsuiker tegen het kleven.


*Alle borstbollen en kruidensnoepjes zijn effectief, minstens zo goed als iedere placebo . En daarvan is wetenschappelijk aangetoond dat ze werken. (Blauwe beter dan rode.)*

### **Toffee, borstplaat, fudge, karamel**

zijn namen voor snoep van ingekookte suikerstroop met melk en room. Het verschil zit in de keuze voor boter, room of melk en de mate van verhitting van het suikermengsel.

Fondant :116-121°C, fudge 116°C, karamel  of zachte toffee: 118-132°C, harde toffee , babbelaars: 146-154°C en snoep, lolly's, decoratie: 149-166°C.

De suikerstroop wordt gekookt tot 120°C à 150°C: het water verdampt en de suikerconcentratie wordt zo hoog dat hij een stevige structuur krijgt bij afkoeling. Je kan noten, rozijnen, cacao toegevoegd. Repen of bollen maken. Toffee maken mislukt zelden.

Soms wordt eerst suiker verhit tot 170°C voor de karamellisatie die gebeurt vanaf 160°C. Het bruinen van onze toffees komt door de maillard reactie : bruining van suiker met eiwitten (aminozuren) uit de melk (al bij veel lagere temperaturen).

(Voor meer details: <http://www.zelfmaakrecepten.nl/toffee-fudge-en-caramels/>)

*🔪 Als je het woordenboek hebt gelezen zijn alle andere boeken alleen maar een remix.*

### **Marsepein**

Mix 250 gr geblancheerde (om te pellen) amandelen (zonder velletje) met 15-200 gr poedersuiker (of wat stevia) en enkele druppels rozenwater en eventueel enkele theelepels water (of eiwit, of honing) tot een stevige gladde massa. In aluminiumfolie wikkelen en koel en droog bewaren.

## Marshmallows, spek(jes) of guimauve 📖

Deze zachte, sponsachtige zoetheid is (vooral in de Verenigde Staten) gekend als snoepje om boven een kampvuur of barbecue te roosteren. De buitenkant karamelliseert krokant en de binnenkant wordt dikvloeibaar tot draderig druipend. Als het tenminste aan het stokje blijft zitten.

Het oorspronkelijke recept was op basis van een extract van het slijm uit de wortel van de heemst (📖 kaasjeskruid, *Althaea officinalis*), ook maluwe, witte malve genoemd (waarin je het Franse 'guimauve' herkent). De Engelse naam voor heemst is de Marsh Mallow.

De wortel bevat tussen de 10 en 15% pectine 📖 en heeft een vrij dikke slijmlaag (20-30% van het totale gewicht). Het zetmeel met eiwitachtige stoffen werd vroeger gebruikt voor de bereiding van marshmallows en spekken. Het slijm heeft een zeer vertakte chemische structuur die lijkt op pectine, vandaar de werking als verdikkingsmiddel en het gebruik in snoep. De wortel wordt opgegraven in de herfst en de kurklaag wordt verwijderd. Ook de bladeren van de plant zijn gekookt eetbaar, de bloemen worden rauw gebruikt in salades.

Marshmallows werd vanaf ca. 2.000 BC vooral medicinaal gebruikt. Het wortelsap werd gemengd met notenmeel en honing. Rond 1800 werd er in Frankrijk geklopt eiwit (, rozenwater) en suiker toegevoegd (tot 'pâte de 'guimauve'). Nog later wordt het helende sap vervangen door gelatine, Arabische gom, kleur- en smaakstoffen.

Ik vat samen hoe Peter Wohlleben met kinderen 'Het bos' verkent en **kauwgom** vindt. Pluk een brok helder en uitgehard, minstens vingernagelgroot hars van een spar of den. Laat het in je mond heel langzaam opwarmen en week worden. Kneed het zacht met je kiezen en spuw de eerste bittere smaken uit. Daarna wordt de smaak acceptabel, en de kleur roze.

♪ *Snoep is goedkoper dan therapie.*