

Rezepte aus dem Hessenpark



Tomatenmark

Für dieses und auch das folgende Rezept möglichst (über-)reife, aromatische Tomaten verwenden. Die Ausbeute bei Tomatenmark ist sehr gering, da die Tomate zu etwa 95 Prozent aus Wasser besteht. Aus einem Kilogramm Tomaten gewinnt man 200 bis 250 Milliliter Tomatenmark, je nachdem, wie stark man einkocht. Für Tomatenmark sind Fleischtomaten zu empfehlen.

1 Kilogramm Fleischtomaten vierteln, dabei den grünen Stielansatz entfernen (enthält eine dem Solanin entsprechende giftige Substanz). Danach die Tomaten in einen Topf geben, dessen Boden mit 100 bis 200 Milliliter Wasser bedeckt ist. Für die Herstellung von Mark besser einen breiten, niedrigen Topf verwenden, da sehr viel Flüssigkeit verdampfen muss. Den Inhalt des Topfes zum Kochen bringen und dann die Energiezufuhr so regeln, dass die Masse köchelt (nicht sprudelnd kochen lassen). Vorsichtig umrühren, bis alle Tomaten von Flüssigkeit bedeckt sind. Danach sollte nicht mehr gerührt werden.

Wenn nur noch wenig Flüssigkeit vorhanden ist, die Masse durch ein Haarsieb streichen (je nach Menge der Tomaten kann es 2 bis 3 Stunden dauern, bis genügend Flüssigkeit verdampft ist). Anschließend das Püree in einen kleineren Topf geben und wieder vorsichtig zum Köcheln bringen. Die Masse unter Rühren auf die Hälfte des Volumens reduzieren. Nicht würzen! Noch heiß in Gläser füllen.

In der modernen Küche kann man die Masse auch abkühlen lassen, in Eiswürfelformen füllen und einfrieren – so kann das selbst gemachte Tomatenmark bei Bedarf genutzt werden, um Gerichte zu verfeinern.

Tomatenmarmelade

Das Verfahren ist ähnlich wie bei der Herstellung von Tomatenmark, nur wird nicht so stark eingekocht. Tomatenmarmelade kann man auf drei verschiedene Arten machen:

1. 1 Kilogramm Tomaten zerkleinern, aufkochen, umschichten und 5 bis 10 Minuten köcheln lassen. Mit einem Kartoffelstampfer pürieren. Saft einer Zitrone zufügen.
1 Kilogramm Gelierzucker zugeben, umrühren und 4 bis 6 Minuten sprudelnd kochen. Noch heiß in Gläser füllen.

Rezepte aus dem Hessenpark



2. 1,5 Kilogramm Tomaten zerkleinern, aufkochen, umschichten und 5 bis 10 Minuten köcheln lassen. Die Masse durch ein Haarsieb streichen. Die Masse wiegen, danach zurück in den Topf geben und wieder zum Kochen bringen. 10 bis 20 Minuten köcheln lassen, dann die Menge Gelierzucker zugeben, die dem Gewicht der Masse entspricht (1:1). Umrühren und 4 bis 6 Minuten sprudelnd kochen. Noch heiß in Gläser füllen.
3. 1 Kilogramm Tomaten zerkleinern, aufkochen, umschichten und 5 bis 10 Minuten köcheln lassen. Die Masse durch ein Haarsieb streichen. Die Masse wiegen und mit Tomatenmark auf 1 Kilogramm auffüllen. Saft einer halben Zitrone zufügen. 1 Kilogramm Gelierzucker zugeben, umrühren und 4 bis 6 Minuten sprudelnd kochen. Noch heiß in Gläser füllen.

Auch wenn diese Marmeladen schon sehr gut schmecken, kann man sie mit folgenden Gewürzen noch verfeinern. Probieren Sie es mit Vanille, Ingwer, Chili oder Pfeffer. Geben Sie die Gewürze nachträglich hinzu. So können Sie mit kleinen Mengen testen, was Ihnen schmeckt.