

Weck's Sterilisator

ALTIJD GEREED WECK'S INMAAK



Gebruiksaanwijzing met Recepten
tot het steriliseeren van alle voedingsmiddelen in
Glazen met automatische sluiting,
merk „Frischhaltung“.

Uitgave der Firma J. WECK G. m. b. H.
Afdeeling Holland ARNHEM.

PRIJS 20 CENT.



Alleen de glazen met Weck's „Frisch-
haltung" gemerkt zijn „echt" en geven
waarborg voor welslagen en houdbaarheid.

Niemand ga tot het Steriliseeren over,
alvorens de Gebruiksaanwijzing in haar
geheel zeer zorgvuldig gelezen te hebben.



Suiker Oplossing
4 ons op 1 liter water

Loof Oplossing

1 Level Loof op 1 liter water

Korntommes.

ellen schill de korntommes, veegt ze af, en snijdt, ze, of schaaff ze heen, doe ze in flesschen, met wat zout en tusschen en store leest ze, 15 min bij 90. a 95°.

Loet zuur

1/2 flessen azijn. Da suiker. worden gekookt, en met wat koudnagelen, leet, op de verschillende dingen gedaan, zooals kuitzen, meloenen dergelyke

WECK'S INMAAKTOESTEL.

In de laatste jaren heeft het innaken van voedingsmiddelen in glas een grooten opgang gemaakt. Vroeger toch conserveerde men voornamelijk slechts in blikken bussen, maar menig een zag op tegen het omslachtige daarvan, de hulp van vreemden en de telken jare herhaalde onkosten, die daarbij onvermijdelijk waren. Ook blijven de groenten niet altijd zuiver van smaak. Zeer vaak wordt er geklaagd, „dat er een blikmaak aan is” en steeds vaker herhalen zich de waarschuwingen en klachten betreffende vergiftigingen en ziekten, veroorzaakt door in blik bewaarde conserven. Wegens het zuur der vruchten is het bewaren van deze in blik ten eenenmale ongeraden.

Ook werden er op dit gebied reeds gebrekkige proeven genomen met gewone flesschen, wat soms goede resultaten opleverde. Maar veel was er tegen, de afsluiting van de lucht was niet altijd volkomen en door de nauwe halzen der flesschen werden de conserven bij 't uitdoen beschadigd en voor sommige groenten en groote vruchten kon men de flesschen in 't geheel niet gebruiken. Ook waren deze flesschen zeer slecht tegen de verhitting bestand.

Bij WECK's toestel vindt men geen enkele dezer nadeelen en de prachtigste resultaten werden op de eenvoudigst denkbare wijze verkregen. De WECK glazen hebben een wijden hals, zoodat men ze gemakkelijk kan vullen, ledigen en reinigen; ook is de sluiting automatisch dus niet te vergelijken bij die van gewone flesschen. Het is bepaald een genoegen met het WECK-toestel te werken en de uitvinding wordt dan ook hier te lande in steeds breeder kringen toegepast. In Duitschland is zij geheel populair en de inrichting onzer firma ondergaat nog telkens groote uitbreiding.

Zelfs wie geen eigen moestuin bezit kan met groot voordeel zelf groenten en vruchten inleggen. Het toestel en de glazen eenmaal aangeschaft, behouden hun waarde, geen bijkosten van blikslager of ringen enz. (zooals bij de blikken bussen) zijn er telken jare te duchten. Iedere vrucht

en iedere groente heeft haar bepaalden goedkoop tijd. Welnu men profiteere daarvan, vulle zijn glazen, en kelder of provisiekamer leveren het geheele jaar wat men maar wenscht. Dit is ook het geval met *wild* en *gevogette*. De groote vleeschglazen met extra breede opening stellen u in staat, in den jachtijd u voor het geheele jaar van het fijnste wildbraad te voorzien.

Bij het vroeger gebruikelijke innaken ging de fijnste aroma verloren en het toevoegen van zeer veel suiker, wat voor het conserveeren bepaald noodig was, maakte de vruchten, die als 't ware in suikerstroop zwommen, moeilijk verteerbaar en daarenboven ook zeer kostbaar. Bij het systeem WECK is suiker in 't geheel *geen vereischte*, zout evenmin. *Alles houdt zich evengoed zonder suiker of sout*. Men voegt er slechts zooveel suiker of zout aan toe als de eigen smaak dat verlangt. Men kan de suiker, in water opgelost of als vruchtsuikerstroop, dadelijk bij 't innaken bij de vruchten doen of wel ze eerst later, bij 't gebruik, er aan toevoegen. Volgens veler smaak echter is het verkieslijk de suiker reeds voor 't inkoken er bij te voegen, de vruchten zijn dan geheel klaar en beter doortrokken wanneer men ze gebruiken wil. Pitvruchten behoeven niet ontpit te worden vóór het steriliseeren, de vrees voor een bittere smaak werd weerlegd, doordat de geconserveerde vruchten *met pitten* lekkerder smaakten. Wij hebben uitsluitend zeer mooie zoete kersen, zonder pitten, gesteriliseerd, zij smaakten flauw in vergelijking van die met pitten.

Voor al zijn de, volgens WECK gesteriliseerde vruchten en groenten voor zieken ten zeerste aan te bevelen. In Duitschland had reeds menig maaglijder het herstel van zijne gezondheid te danken aan het uitsluitend gebruik van deze zoo geheel zuivere, onvervalschte levensmiddelen, genuttigd zonder eenige verdere toebereiding, de groenten slechts na verwarming in de glazen zelve. De stichter onzer firma, de heer WECK zelf is door een langdurig maaglijden en na velerlei kuren zonder resultaat te hebben ondergaan, tot het systeem van conserveeren gekomen en heeft er zijne gezondheid aan te danken.

Het ingelegde komt slechts in aanraking met glas, wat de zuiverheid waarborgt en tengevolge heeft, dat alles zijn oorspronkelijk smaak en geur behoudt. Het aanzien van den voorraad in de glazen is keurig. Het openen geschiedt in een oogwenk, zonder eenig instrument, door trekken aan de lip van den ring.

De Sterilisator bestaat uit: een ketel voorzien van deksel met thermometer, een houder voor de glazen met veeren om de deksels aan te drukken tijdens den kooktijd, en zooveel glazen van verschillende grootte als men wenscht

te vullen. De glazen hebben een platten, vlak geslepen rand, waarop een platte gummi ring gelegd wordt en daarop een glazen deksel, die een kantigen rand heeft, welke zich na de verhitting in den ring drukt en aldus eene hermetische sluiting bewerkt.

De glazen worden met vruchten of groenten gevuld; vele vruchten als: kersen, aardbeien, frambozen, bessen, pruimen, kunnen in hun eigen sap zonder eenige toevoeging gesteriliseerd worden, het beste is echter water met of zonder suiker bij den inhoud te voegen. *Het vocht moet ongeveer 2 vingerbreed onder den rand blijven*. Daarna worden de gummiringen ¹⁾ op de geslepen randen gelegd, de deksels er los opgezet, de gevulde glazen onder veerdruk in den houder geplaatst en dan in den ketel gezet. Nu vult men den ketel tot boven de glazen met *koud* of *lauw* ²⁾ water zet den ketel op het vuur, en verhit dien snel of langzaam al naar het voorschrift. Na verloop van den opgegeven tijd wordt de houder uit den ketel genomen en ter bekoeling op een *tochtvrije* plaats gezet. Na genoegzame afkoeling worden de glazen onder de veeren weggenomen. De deksels zijn nu, doordat er luchtledige ruimte in het glas ontstaan is, door de luchtdruk van buiten zoo stevig bevestigd, dat er van losraken geen sprake is. Is het een of ander glas echter niet volkomen gesteriliseerd, dan laat de deksel na enkele dagen weer los. Een dusdanig glas wordt, als de inhoud nog versch ruikt en smaakt, eenvoudig gedurende 5 à 10 minuten opnieuw verhit en de fout is hersteld.

Voor dit steriliseeren en voor wie uit een kleinen tuin slechts geringe hoeveelheden tegelijk heeft in te maken, bestaat er ook een kleine ketel voor één enkel glas. Daarbij wordt dan een beugel gebruikt die men eveneens na het koken weer van het glas verwijdt. Wanneer men veel inmaakt, is het geraden bij één ketel 2 houders aan te schaffen dan kan men steeds doorwerken en behoeft niet te wachten totdat het eerste kooksel onder den druk der veeren is afgekoeld.

¹⁾ De nieuwe ringen moeten vóór het gebruik in soda-oplossing en daarna in water zoolang worden uitgekookt, totdat de sterke lucht er af is.

²⁾ Voor vruchten neemt men koud of lauw water, voor alle groenten daarentegen zoo warm als de hand verdragen kan.

Groenten.

Algemeene Regelen.

Hoe jonger en verscher de groenten, des te beter en gemakkelijker zijn zij te conserveeren. Wasch ze steeds ruim en herhaaldelijk.

Groenten, getrokken op sterk bemesten grond, vooral daar, waar ter bemesting stedelijk afval of gier gebruikt wordt, zijn niet geschikt om geconserveerd te worden, daar ze dikwijls bacteriën bevatten, die niet gemakkelijk te doden zijn.

Een ander verschijnsel van grooten invloed op den smaak doet zich het meest voor bij *erwten en peulvruchten*, die kiemen bezitten bestemd tot voortplanting. Deze groenten ondergaan eene verandering bij de stijging der temperatuur. Worden ze zeer langzaam verhit, dan veranderen ze van smaak en worden zuurachtig, ofschoon ze dan nog onbedorven zijn, verder gesteriliseerd kunnen worden en goed blijven. De fijne verse smaak is er dan echter af. Om dit te voorkomen, moet men de glazen met erwten en peulvruchten op een flink vuur zoo snel mogelijk tot op *kookpunt* (100 gr. C.) brengen. **Bij alle groenten is steriliseeren op kookpunt vereischte en gefractioneerd steriliseeren dikwijls aan te bevelen.**

Het *afkoken* van groenten is steeds af te raden omdat men daardoor de zoo waardevolle *voedingszouten* uittrekt, de voedingsmiddelen dus van hun smaak berooft en dan weer door toevoeging van *mineraal-zout* (keukenzout) er een onnatuurlijken prikkel aan toe moet voegen. Dáár waar de groenten zwaar met dierlijke mest gemest worden of zelfs met beer overgoten, moet het wel gebeuren, liever gebruike men *sulke* groenten in 't geheel niet. Door gebruik van onzen groentenstoomer wordt het verlies van voedingszouten voorkomen.

Het komt wel voor, dat er zooveel water verdampt is, dat na het bekoelen de groenten in de glazen niet meer onder water staan; men make zich daarover vooral niet bezorgd, *dat doet tot het welslagen niet toe of af*, oogt alleen wat minder.

Andijvie wordt gesneden, goed gewasschen en met weinig water opgezet; men laat ze dan koken totdat ze gaar is. Dan wordt ze op een vergiet geplaatst, goed uitgedrukt, in de glazen gestampt, met het overgebleven water bijgevuld en gedurende 2½ uur bij 100° gesteriliseerd.

Artichoken. Kort voor het bloeien worden de koppen afgesneden, al de harde bladeren eraf gedaan en dan de zoogenaamde „fonds” in water gaar gekookt, in de glazen gevuld en 30 à 50 min. bij 100° gesteriliseerd.

Asperges. Voor den inmaak mag men slechts zeer verse en malsche asperges gebruiken. De asperges moeten volkomen gesteriliseerd worden, want evenals de doperwten kunnen zij gemakkelijk bederven en de sluiting der glazen blijft in stand totdat de gisting zeer sterk werkt. Het onderste deel der asperge wordt op de bekende wijze met een mes afgeschraapt. Dan snijdt men alle stukken van onderen zoo af, dat ze even lang zijn. Hierop legt men de asperges ongeveer een half uur in koud water, dat alle 10 minuten vernieuwd wordt. Intusschen brengt men in een nauwe pan water, dat een weinig gezouten is, aan den kook; daarin worden de asperges rechtop geplaatst en wel zoo, dat het water niet over de koppen komt. Nu doet men de deksel op de pan en kookt 5 min. door. Hierna neemt men de asperges eruit, giet er koud water over en doet ze, met de koppen naar beneden, in de glazen, voegt er de zoutoplossing bij en steriliseert 90 minuten bij 100°; na 5—6 dagen nogmaals 20 minuten. De koppen der asperges worden naar beneden gelegd, om het afbreken bij het uitnemen te voorkomen.

Een andere beproefde wijze, asperges te steriliseeren, is de volgende: de asperges worden 2—3 uur in water gelegd (het best in stroomend water, anders elk kwartier verwisselen), daarna in de glazen gedaan, met gekookt, doch afgekoeld water bijgevuld en gesteriliseerd: 2 Literglazen 135 min., 1½ Literglazen 120 min., 1 Literglazen 100 min., alles bij 100°. Men verzuime hierbij niet het nasteriliseeren! Het meest geschikt voor asperges zijn de glazen No. 6E van 1½ liter en No. 2A van ½ liter.

Bladgroenten laat men liefst, nadat ze schoongemaakt zijn, in den groentenstoomer, of op het vrije vuur slinken, omdat de glazen anders niet vol zijn na het steriliseeren; het uitgetreden vocht wordt dan tot aanvulling van de glazen gebruikt, als ze stevig met den stamper gevuld zijn.

Hier is ook de plaats er op te wijzen, dat het water dat men bij den inmaak gebruikt van grooten invloed is. Water dat veel kalk ¹⁾ en ijzer bevat maakt de groente hard. Het is dus zaak op het water te letten en woont men in eene streek waar dit ongeschikt is, dan zal men beter doen ge-

¹⁾ Geeft een water met wat soda-oplossing vermengd een wit bezinksel dan bevat het te veel kalk en is te hard, door toevoeging van een klein weinig soda kan men het zachter maken.

filtréerd water te gebruiken. Toevoeging van *sout* is nergens een *vereischte*, ook niet daar waar het in de recepten wordt vermeld.

Bloemkool moet voorzichtig behandeld worden, maar is toch goed te conserveeren en een sieraad bij den inmaak. Wanneer de bloemkool fraai wit is en groot van bloem, dan kan men er zeker van zijn dat ze op een ammoniakrijken grond getrokken is. Men laat derhalve de bloemkool ter sterilisatie bestemd, 12 uur in koud water staan. Merkt men onderwijl dat het water een onaangename lucht aanneemt, dan moet men het ververschen en wel zoo noodig herhaaldelijk, totdat zich dit verschijnsel niet meer voordoet.

Doen we dit niet, dan zullen we bij 't openen der met bloemkool gevulde glazen een scherpe, onaangename geur gewaar worden, die ons doet vreezen dat de bloemkool bedorven is. Dit is daarom echter nog niet het geval. Wanneer men het water er afgiet en de bloemkool met versch water afspoelt, dan is die onaangename lucht geheel verdwenen. Wanneer men de bloemkool voor het inleggen eenige minuten in kokend water doet, dan heeft men daar echter zelden last van. Het is aan te bevelen, voor bloemkool de breede vleeschglazen met wijde opening te gebruiken. Men snijdt de bloemkool in stukken, zoo groot, dat ze door de opening kunnen, voegt er water aan toe en steriliseert gedurende 2 uur bij 100°.

Brusselsche Kooltjes of Spruitjes worden van de buitenste blaadjes ontdaan, goed gewasschen en in een groote pan met kokend water geworpen, waarin men ze 10 minuten laat doorkoken. Dan laat men ze op een vergiet wat bekoelen, vult de glazen, zacht aandrukkend met den houten stamper, voegt er wat zout aan toe, vult bij met versch water en steriliseert 1½ uur bij 100°.

Brusselsch lof wordt behandeld als Kropsla.

Capucijners, zie doperwten.

Champignons. Steriliseeren is de eenige manier om deze eigenaardige producten van het plantenrijk, deze „aardbloemen” voor het gebruik te bewaren zonder verlies van aroma. ¹⁾ Nadat men de paddestoelen goed schoongemaakt heeft en, als men niet met uiterst jonge planten te doen heeft, bij de Buiszwammen (*Boletus*), de Stekel- en Gaatjeszwammen de huid en de aanhangels aan de onderzijde van den hoed geheel heeft weggenomen, bij de Plaatzwammen

¹⁾ Uitvoerige gebruiksaanwijzing vindt men in „Koché auf Vorrat I”. Prijs f 1.25 (Duitsch).

Zie verder onder Paddestoelen.

alleen de bovenhuid, worden ze in kleinere of grootere stukjes gesneden en deze met koud water, een of tweemaal snel gewasschen (om geen voedingszouten te verliezen). Dan het water afslingeren, ze in een steenen pot met een klein beetje dubbel koolzure Natron en wat zout, zonder water, op het vuur zetten en opsmelten in hun eigen sap; als ze niet verder slinken neemt men ze er met een gaatjeslepel uit en vult er de glazen mede, het sap wordt, na door flanel gefiltreerd te zijn, er op gegoten. Heeft men met zwammen te doen waarvan het vleesch door het licht kleurt, dan dompelt men ze voor het slinken in citroenwater, ze blijven dan blank, bij de echte champignon doet men het ook omdat deze geel wil worden.

De Trechter- en Trompet-Hanekam (*Cantarel*), de Havikzwam en eetbare Melkzwam worden eenigszins anders behandeld, ze worden n.l. voor het smelten met kokend water overgoten omdat de eerste 3 soorten anders een onaangename geur verspreiden en de laatste zeer bitter is. De Stammorille (*Gyromitra Esculenta* bevat een vergiftige stof het Helvellazuur dat er door deze behandeling met het water eveneens aan onttrokken wordt.

Het steriliseeren zelf moet voorzichtig gebeuren, men moet n.l. oppassen zoodra het water kookt, slechts zeer langzaam door te koken omdat de taaië zwammasa in de glazen anders plotseling rijst en het sluiten der glazen verhindert. ½ en ¾ Liter glazen moeten 5 kwartier op 100° C. literglazen 6 kwartier op 100° C. blijven, raken de deksels los dan onmiddellijk over steriliseeren.

Men kan de zwammen ook eerst in boter braden en dan heet in de voorgewarmde glazen vullen.

Door drogen in den bakkersoven kunnen ze ook goed geconserveerd worden, echter met verlies aan aroma.

Doperwten, goede soorten, Wonder van Amerika, Roem van Cassel, en jonge **Capucijners**. Jonge doperwten en Capucijners worden vlug gedopt, goed gewasschen, in de glazen gedaan, suiker en water er aan toegevoegd en 100 minuten bij 100° gesteriliseerd. Dikke groene erwten langer. *Ze moeten zeer snel worden verhit.* De te steriliseeren erwten moeten volkomen versch zijn.

Wie niet zelf zijn erwten en capucijners verbouwt, er dus niet zeker van is dat ze geheel versch geplukt verwerkt worden, doet beter als volgt te handelen:

De vlug gedopte erwten en capucijners worden zuiver gewasschen, de bovendrijvenden worden verwijderd, de anderen in den groentenstoomer 5 minuten gekookt, zoo snel mogelijk maar geheel afgekoeld in de glazen gevuld en na bijvoeging der gebruikelijke zoutoplossing, 100 min.

bij 100° gesteriliseerd (vlug-verhitten). Ook hier is nasteriliseeren slechts aan te bevelen.

Doperwtten met worteltjes zien er, gemengd in de glazen, fraai uit en zijn een fijn gerecht. Ze worden afzonderlijk toe bereid zooals ter plaatse geschreven is, door elkaar gemengd, water toegevoegd en 2½ uur gesteriliseerd bij 100°.

Erwtenpurée kan men als purée of wel voor erwtensoep gebruiken. 1 Liter versche groene erwten worden in 2 liter water met wat zout gekookt, dan moet men de helft van het water weggieten en bij de rest wat suiker voegen. Op dezelfde wijze behandelt men 1 liter flink gewasschen erwtendoppen en kookt ze goed gaar. De erwten en de doppen worden dan ieder afzonderlijk door een zeef gewreven en met elkaar vermengd, naar eigen idee nog meer of minder met water verdund, en nogmaals met wat zout aan de kook gebracht. Dan laten bekoelen, de glazen vullen en 30 min. steriliseeren, n.l. zoo, dat de inhoud niet overkookt.

Knolseldery. De knolseldery wordt flink gewasschen, half gaar gekookt, geschild, in schijven gesneden, in de glazen gedaan, goed aangedrukt, water er aan toegevoegd en 1 uur gesteriliseerd.

Kropsla. Na de mooie vaste kroppen oneindig goed gewasschen te hebben, laat men ze op vrij vuur of in de groentestoomer slinken tot ze geheel gaar zijn en vult ze dan netjes en zoo vast als maar mogelijk in de glazen en steriliseert 1½ uur en den volgenden dag nog eens 1½ uur (fractioneeren). Wil men maar eens steriliseeren dan 2½ uur op 100 gr. C.

Melde als groente. De jonge bladeren van het algemeen verbreide onkruid de melde (Ariplex) leveren als spinazie bereid een kostelijk gerecht.

Jonge **Peultjes** worden afgehaald, goed gewasschen, met weinig water opgezet, daarin goed doorgekookt en dan op een vergiet geplaatst. Vervolgens stampt men ze in de flesschen, vult deze bij met het overgebleven water onder toevoeging van wat suiker (indien gewenscht en steriliseert 2 uren bij 100°.

Postelijn wordt flink gewasschen en daarna zonder water in een steenen pan op een zacht vuur te slinken gezet. Dan laat men ze bekoelen, vult de glazen en steriliseert 1 uur bij 100 gr. C.

Rapestelen, behandelt men als Spinazie.

Rhabarber. De stelen worden zoo mogelijk 's avonds ge-

plukt. Ze worden geschild, in korte stukjes gesneden, in een steenen pan met kokend water overgoten, waarin men ze 5 min. laat staan. Nu giet men het water af, neemt op 1 half kilo rhabarber 2½ ons suiker, wat citroenschil, vult de glazen en steriliseert op een zacht vuur gedurende 30 minuten, bij 100°.

Savoye kool, witte kool, groene kooltjes worden in flinke stukken in kokend water geworpen, eenige minuten gekookt, afgekoeld in de glazen gepakt, liefst ook in de vleeschglazen met wijde halzen, goed aangedrukt met den stamper, zout en water toegevoegd en 1½—2 uur gesteriliseerd. Voor het gebruik laat men de kool dan op een vergiet uitlekken en stooft de stukken of heele groene kooltjes met boter en beschuit in een vuurvast schoteltje.

Schorseneeren. Deze worden geschraapt en heel gelaten, in een gereedstaande dunne brij van melk, meel en citroen gelegd voor het blankblijven. Ze moeten vervolgens gedurende 15 minuten afgekookt worden, dan zet men ze rechtop, net als de asperges, in de glazen, bedekt ze met water en steriliseert ze ½ uur. De schorseneeren worden pas vóór het gebruik in kleinere stukjes gesneden.

Snijboonen, Heeren- of Princesseboonen. De snijboonen worden afgehaald, flink gewasschen afgedroogd, gesneden in eene steenen pan met weinig water te vuur gezet en gekookt totdat ze bijna gaar zijn. Is dit geschied, dan stampt men ze stevig in de glazen, voegt het overgebleven water toe en steriliseert ze 2 à 2½ uur bij 100°. De Heeren- of Princesseboonen behandelt men eveneens, doch het is aan te raden ze ongebroken te conserveeren en niet te stevig aanstampen daar zij dan breken.

Spinazie. De jonge bladen worden zoolang gespoeld en gewasschen, totdat zich geen enkel zandkorreltje meer op den bodem der teil vertoont. Dan worden ze zonder water opgezet tot ze geheel geslonken zijn. Dan komen de bladen op een vergiet, en worden al of niet fijn gehakt naar verkiezing. Men vult de glazen en steriliseert 2½ uur bij 100°. Bijvullen is niet aan te raden.

Spruitjes. Zie Brusselsche kooltjes.

Tomaten. De tomaten worden een uur gekookt, door een grove zeef gewreven, nog eens ¼ uur gekookt, in de flesschen gedaan en 20 min. gesteriliseerd. Men kan de tomaten ook heel laten, rauw in de glazen doen, met water aanvullen en 20 min. bij 90 gr. steriliseeren.

Tomatensalade. Men schilt de tomaten, snijdt ze in schijven, maakt een sausje van azijn, beter verdund citroensap, wat zout en suiker, wat peper en uitjes, geheel naar smaak, vult daarmee de glazen aan en steriliseert 15 min., bij ongeveer 90 à 95 graden. Indien men bij ontvangst der tomaten geen tijd heeft kan men de tomaten wasschen, met een naald prikken, in de glazen doen en $\frac{1}{2}$ uur steriliseeren. Men kan ze dan nog gebruiken en toebereiden zooals men dat wenscht.

Tuinboontjes. Jonge boontjes worden vlug gedopt, dan in den groentenstoomer ca. 10 minuten gestoomd, zoo snel mogelijk afgekoeld, in de glazen gevuld, water er aan toegevoegd dat van te voren goed doorgekookt is weer bekoeld en 90 min. bij 100° gesteriliseerd.

Groote boonen 120 minuten.

Uitjes in zuur. De uitjes worden flink gewasschen, dan korten tijd in een niet te heeten oven gelegd totdat men de schillen er af kan wrijven; of wel in eene zeef een oogenblik in kokend water gelegd, dan met zout en water flink afgewreven. Daarna laat men ze uitlekken, vult de glazen onder toevoeging van peperkorrels, dragon en stukjes mirikswortel, doet er azijn of citroensap (1 deel citroensap op 10 deelen water) op en steriliseert 10 min. Azijn door citroensap vervangen maakt alle „zuur” veel smakelijker en vooral verteerbaar. Azijn is bepaald nadeelig.

Worteltjes. De vroege korte ronde worteltjes zijn de meest geschikt voor den inmaak. Ze worden flink gewasschen en geschrapt, nog eens gewasschen en rauw in de glazen gedaan, water er aan toegevoegd en 1 uur gesteriliseerd bij 100°. Indien men een bos worteltjes in kokend water zet en eenige minuten laat doorkoken, dan zijn zij veel gemakkelijker te schrapen, en de worteltjes blijven veel gaver en frisscher van kleur.

Zuurkool. Nadat de zuurkool op de bekende wijze in het vat ingemaakt is, wacht men zoolang, tot ze het beste smaakt. Dan is de tijd gekomen ze in de glazen in te maken. Men zet de zuurkool in een geschikt pan met kokend water op het vuur, doet de pan dicht en kookt 1 uur. Dan laat men ze afkoelen, vult ze met het water in de glazen en steriliseert 30 minuten bij 100°.

Op deze wijze heeft men het geheele jaar een werkelijk goede zuurkool.

Paddestoelen

Welke waarde paddestoelen hebben.

Als voedings- en genotmiddel worden paddestoelen in bijna alle landen der aarde meer of minder aangewend. Zoo weten wij dat de Chineez en Japanneez en niet alleen een groot aantal soorten paddestoelen als voedsel gebruiken, maar ook een noemenswaardige teelt er in houden. Eveneens zien wij bij de meest verschillende, en ook onbeschaafde volkeren, zoowel van Azië en Afrika, als van Amerika de paddestoelen als voedsel gebruikt. In 't bijzonder staat Europa in het gebruik er van bovenaan, vooral Italië, Frankrijk, Rusland en Oostenrijk waar een meer algemeen gebruik gevonden wordt van paddestoelen, die de bosschen en velden opleveren.

In Holland worden paddestoelen nog zeer weinig gegeten. Men beschouwt ze als lekkernij voor de meeragegoeden, terwijl ze toch voor een ieder in zijn onmiddellijke nabijheid te verkrijgen zijn.

Jaarlijks gaat er in ons land een groote hoeveelheid voedingswaarde verloren door het niet benutten der paddestoelen. De praktijk heeft niet alleen de voedingswaarde aangetoond maar ook wetenschappelijk is ze vastgesteld. Wanneer het eiwitgehalte der spijsen moest dienst doen om de waarde te bepalen, dan staan de paddestoelen in rang naast erwten, boonen, linzen, en boven brood en andere dergelijke spijsen. Daarbij komt het groote gehalte aan voedingszout en suikerstof.

Waar dient men bij het gebruik van paddestoelen als voedsel op te letten?

Als eerste regel geldt, neem geen te oude of waterige paddestoelen of die reeds te lang zijn bewaard. Alle soorten die bekend staan als goed en eetbaar kunnen oorzaak worden van vergiftiging en ziekte zoodra ze oud genuttigd wordt, want met bewaren treedt een proces in dat weliswaar voor het oog onzichtbaar is, doch zich laat gevoelen door ernstige ziekte-verschijnselen. Door het groote eiwitgehalte en vooral het sponsachtige, waterige karakter zijn de paddestoelen door het oud worden doorweven met mikrosopisch kleine, doch in een paar uren vermeerderd tot een legio secundaire paddestoeltjes, en veroorzaken daardoor levensgevaarlijke maag- en darmontstekingen. In 't bijzonder moet gewaarschuwd worden tegen het lang en verkeerd bewaren der paddestoelen. Hierdoor ontstaan dezelfde toestanden. Zoodra men de paddestoelen heeft verzameld, reinige

men ze. Het laten staan der paddestoelen in de warmte of in een warme kamer tot den volgenden dag is reeds hoogst gevaarlijk, afgezien dat ze gedurende één nacht doorgeveten zijn door de larven van een vliegensoort die haar eitjes in het paddestoelenweefsel legt en die in korten tijd uitkomen.

De bereiding der paddestoelen tot gebruik is een zeer eenvoudige. Al naar gewenscht wordt, snijde men de paddestoelen, nadat ze gereinigd zijn in groote of kleinere stukken, wassche deze zoo spoedig mogelijk een of tweemaal in water, legt ze in schotels, bestrooit met wat zout en berge ze tot de eigentlijke toebereiding op een koele plaats.

Dit opbergen stelle men nimmer een dag uit. Voorts lette men er op, dat men nooit taaie harde stelen mee bewaart en de huid van den hoed aftrekt, indien dit althans mogelijk is, anders afschrappen zooals bij aardappelen.

De echte paddestoelen-liefhebber maakt op deze manier van handelen een uitzondering bij de jonge exemplaren van de echte champignon (*psalliota compestris*) die op droge weilanden veel gevonden wordt. Deze worden ongereinigd in de pan gedaan en met een flink stuk boter en wat citroensap gestoofd. Volgens hen wordt hierdoor de echt fijne smaak behouden en het weinige vuil dat aan de champignon is, er met 't stoven afgeschuimd. Aan te bevelen is het toch wel ze behoorlijk te wasschen, daar aan de meestal kleverige huid, veel zand en vuil blijft hangen. De voorjaarspaddestoel onzer duinen, de bekende morielje, bergt in haar openingen zooveel zand, dat ze vóór de bereiding 24 uren in lauw water moet weken.

Wil men de paddestoelen niet alleen stoven maar eerst gaar koken, dan doe men dit boven een niet al te warm vuur, beter nog in een stoompan. Men voege er niet meer water bij dan dat er met 't afwasschen aan is blijven hangen, daar de meeste soorten voor 90 % uit water bestaan. Men late ze niet langer dan 20 min. doorkoken anders worden ze taai. In een steenen pan kan men ze zóó gerust een nacht laten overstaan, om ze den volgenden dag al naar believen verder toe te bereiden. Als men de soorten die men bereidt goed kent, gebruikt men het nat bij het koken ontstaan vooral, daar hierin juist de heerlijke aroma der paddestoelen is opgelost. Is men echter niet zeker, dan is dit af te raden, daar men door ondervinding geleerd heeft, dat de giftige stoffen der giftige paddestoelen bij het koken bijna geheel in het nat overgaan. Het eten dus, van de weefsels der giftige soorten is onschadelijker na uitlogen door koken, het meeste nog wanneer men er een weinigje azijn bij heeft gedaan. Dit is een *zeher* middel, terwijl het bijvoegen van een zilveren lepel, zooals men oudtijds meende en het al of niet zwart worden daarvan, absoluut geen

waarde heeft. Natuurlijk is een grondige kennis der verschillende soorten een gewenscht iets voor hen, die ze veel op hun tafel willen zien.

Ons land telt slechts plm. 9 soorten die bepaald vergiftig zijn en nog al veelvuldig voorkomen. Ze zijn:

<i>Amanita muscaria.</i>	<i>Russula emitica.</i>
<i>Amanita citrina.</i>	<i>Cantharellus auranthiacus.</i>
<i>Amanita phalloides.</i>	<i>Boletus satanus.</i>
<i>Amanita pantherina.</i>	<i>Scleroderma vulgare.</i>
<i>Lactarius torminosus.</i>	

Vele zijn er door onaangenamen smaak of weinig vaste bestanddeelen niet bruikbaar en verder geeft ons beste Hollandsche boekje (serie Prentkaarten van Paddestoelen bij elken Boekhandel verkrijgbaar) over paddestoelen van Mejuffr. CAROLINA DESTREE een 120 in ons land in bosschen, weilanden en langs wegen algemeen voorkomende eetbare paddestoelen. Daarvan zijn wel het meest bekend de volgende:

De echte champignon, *Psalliota campestris* (in droge weilanden, zomer).

Marasmius oreades (overal langs wegen en weilanden het geheele jaar door).

Deze beide leenen zich uitstekend tot drogen.

Tricholoma amethystinum (idem als voorgaande, herfst).

Cantharellus cibarius eier-zwam (in bosschen vooral in het O. van ons land, zomer); de paddestoel die de meeste voedingswaarde heeft, met tomaten gestoofd, een heerlijk gerecht.

Rhodosporus prunulus (mousseron), in weilanden en in bosschen, zomer en herfst.

Boletus edulis (eekhoortjesbrood) en de meeste andere Boletus soorten in bosschen, zomer, herfst.

Fistulina hepatica, lever of z.g. biefstuk-zwam, bevat zeer veel voedsel, wordt in boter gebakken zeer smakelijk (aan eikenboomen, zomer, herfst).

Lepiota procera, parosol-zwam, jonge exempl. een der fijnste paddestoelen, komt overal voor langs de wegen, zomer, herfst.

Morchella esculenta morielje (voorjaar, zandgrond) en *Helvella crispa* (najaar, zandgrond). Goed gestoofd in kool en heerlijk gerecht.

Hygrophorus ceraceus en *Hygrophorus puniceus* (vochtige plaatsen, zomer) een paddestoel voor in de soep.

Pholiota mutabilis (in weiden, het geheele jaar door) een paddestoel voor de soep, deze laat zich ook goed kweeken.

Laccaria en andere soorten.

Paddestoelen laten zich zeer goed steriliseeren in WECK's flesschen. Paddestoelen drogen, kan een ieder, door ze in een oven of zon te leggen, zie soort 1 en 2.

Vóór het gebruik worden deze gedroogde paddestoelen eenige uren in lauw water te weeken gelegd.

Soep van paddestoelen.

Hiertoe leenen zich alle soorten, de kleinen laat men heel, de grooten worden aan stukjes gesneden en gaar gekookt. Men doet er tot voldoende hoeveelheid kokend water bij en mengt het met wat boter en meel, desverkiezend griesmeel en in plaats van het kokende water, boonennat.

Paddestoelen als groente.

Hiertoe leenen zich alle soorten. Men kan ze slechts stoven met boter en citroen of men koke ze eerst gaar en make van het uitgekookte nat een sausje met wat boter en meel en laat ze daarin stoven. Een weinig zout worde toegevoegd, men zij daar echter niet te gul mee, want de fijne paddestoelsmaak wordt bij het te veel er door weggenomen. Toevoeging van uien of andere specerijen heeft dezelfde uitwerking.

Paddestoelen met roereieren.

Een zeer smakelijk gerecht! De in boter gestoofde paddestoelen worden met de geklopte eieren (en wat melk) door elkaar geroerd op 't vuur, zoo als gewoon bij 't bereiden van roereieren.

Paddestoelen-Pannekoeken.

De gaar gekookte paddestoelen worden fijn gehakt en door het gewone beslag van pannekoeken geroerd.

Extract van paddestoelen,

verkrijgt men door het bij 't koken verkregen nat, uit te dampen tot een dikke vloeistof. Dit laat zich zeer goed bewaren voor paddestoel-arme tijden. Een lepel van dit extract geeft soep voor 5 personen.

Vruchten.

ALGEMEENE REGELN.

Terwijl bijna alle groenten eene langdurige, soms een *herhaalde* sterilisatie ¹⁾ verlangen, behoeven de vruchten slechts kort gesteriliseerd te worden. De vruchten met zacht vleesch verhit men nooit hooger dan tot 80 gr.

Enkele vruchten verliezen door koken haar aroma, haar kleur en worden scherp en zuur. Derhalve is het zaak er goed op te letten of de vrucht *gekookt*, of wel slechts *verhit* mag worden. Men reinigt de vruchten met koud water. Alle vruchten die men steriliseeren wil, moeten volkomen versch en gaaf zijn. Vooral de bes-soorten, b.v. aardbeien, frambozen, roode bessen mogen niet aan de kook gebracht worden. Aardbeien laten reeds bij 40 gr. Celsius het sap uitloopen, waardoor zij licht worden en drijven. Wanneer men de glazen met aardbeien later *liggend* bewaart, zuigt de vrucht weder sap op en verbetert daardoor aanmerkelijk van aanzien. Bij de steenvruchten wordt aanbevolen deze niet van de pitten te ontdoen, de smaak is veel fijner wanneer de pitten er in blijven, speciaal bij kersen en pruimen. Bij perziken die geschild en gehalveerd worden, voegt men voor de aroma eenige van hun harde bast ontdane pitten. Alle vruchten kunnen *geschild* of *ongeschild*, (in vele gevallen is dit laatste zeer aan te bevelen) *met* of *zonder* suiker ingemaakt worden, ook de hoeveelheid suiker is slechts een kwestie van smaak. ²⁾ Voor het conserveeren is de suiker geen vereischte, alles houdt zich even goed zonder suiker.

De beste verhouding voor kersen is 100 gr. suiker op een literglas. Pruimen, abrikozen, perziken, peren, bessen verlangen meer suiker, toch is dit zoo geheel een kwestie van smaak, dat het moeilijk is eene bepaalde hoeveelheid op te geven. Men zondigt meer door te veel dan door te weinig suiker, men kan ze er vóór 't gebruik nog aan toevoegen. Alle tot dusver in den handel gebrachte compôtes zijn gewoonlijk veel te zoet, wat ze ongeschikt maakt voor een dagelijksch en veelvuldig gebruik en waardoor zij ook veel van hun natuurlijk aroma verliezen. Het is dus een groot voordeel van de WECK'sche methode, dat de vruchten niet zoo overzoet gemaakt behoeven te worden

¹⁾ Dit heet gefractioneerd steriliseeren.

²⁾ Als suiker gebruike men witte Rietsuiker, Indische Rietsuiker of Vruchtsuiker, die als witte stroop in den handel komt; zij smaakt zachter zoet en verhoogt de aroma. Voor jams, geleien en sappen is ze bijzonder aan te bevelen omdat ze nooit kristalliseert. De suiker kan erin gestrooid of vooraf opgelost worden.

en bij menigeeen zullen nu deze compôtes in den smaak vallen, die ze vroeger om de zoetheid niet verdragen kon.

A. Zacht Fruit: Aardbeien ¹⁾, Aalbessen, Boschbessen, Bramen, Druiven, Frambozen kan men op verschillende wijze steriliseeren.

1. In eigen sap.
2. Door toevoeging van eene suikeroplossing.
3. Door instrooien van eene hoeveelheid suiker.

Bij 1 handelt men als volgt: Men vult de glazen, telkens eens schuddende of met den houten stamper zacht aandrukkende tot bovenaan, zoo vol mogelijk, zet ze in den ketel, verhit ze langzaam tot op 80 gr. en laat ze 10 à 15 min. op deze temperatuur blijven.

Bij 2 vult men de vruchten in de glazen en verder tot aan den hals, met suikeroplossing en steriliseert als bij 1.

Bij 3 strooit men bij het vullen der glazen telkens wat suiker door de vruchten, verder handelende zooals bij 1.

Kan men al deze genoemde vruchten geheel versch krijgen dan kan men ze in een groote steenen pan of schotel met suiker vermengd op een warme plaats zetten, totdat het sap is uitgelopen en de vruchten geslonken zijn. De vruchten blijven dan gaaf en de glazen zijn gemakkelijker te vullen en blijven na het steriliseeren voller. Hoe langzamer en minder hoog men verhit, des te beter blijft de oorspronkelijke smaak der vruchten behouden.

Speciaal zij hierbij attent gemaakt op de in eigen sap gesteriliseerde *Boschbessen*, het middel bij uitnemendheid tegen ingewandsongesteldheden (Diarrhee). Het wekt wonderen en verdiende algemeen bekend en toegepast te worden. Voor zoover de gunstige uitwerking en versterkende eigenschappen van deze bessen wel bekend waren, werd het algemeen gebruik daarvan belemmerd doordat zij niet steeds in verschen toestand te verkrijgen waren.

Kruisbessen worden voor het innemen doorgeprikt. Het eenvoudigste is hiervoor een kurk te nemen, waarin men eenige naalden steekt, zoodat de punten er een weinig uitsteken.

a. De *onrijpe* groene kruisbes wordt gewasschen, in kokend water geworpen, dan als het water afgegoten is, ingesukerd en met den houten stamper stevig in de glazen gedrukt. Het is aan te bevelen een weinig water toe te voegen. Steriliseer 20 minuten op 80° C.

b. De *rijpe* kruisbessen worden van steel en kelk ontdaan, gewasschen en rauw in de glazen gedaan, suiker er door

¹⁾ De zoete Fransche aardbeien en de amazone houden kleur.

heen gestrooid en zoolang in de glazen in 't waterbad verhit totdat zij zakken, dan kan men met den inhoud van een glas de overigen bijvullen. Het sap moet boven de bessen staan. Op deze wijze behouden de kruisbessen hun vorm. Daarop worden zij 20 minuten gesteriliseerd op 80° C.

Vossebessen en Preisselbessen worden goed gewasschen en in een steenen pan met suiker goed doorgekookt. 500 Gr. suiker op 1 kilo bessen en wat pijpkaneeel. Glazen vullen 20 min. steriliseeren op 80° C.

B. Steenooff: Abrikozen en Perziken worden met een doek afgewreven, de abrikozen gehalveerd van pitten ontdaan ongeschild in de glazen gelegd. Perziken worden eerst gehalveerd, daarna met een zilver of hoorn mesje geschild en daarna in een kom met suikerstroop geworpen, hierdoor voorkomt men het *bruin* worden der bovenste vruchten, ook denke men er aan de glazen een tijd lang onderste boven te laten staan (1 kilo suiker op 1 halve L. water) daarna doet men ze voorzichtig in de glazen en vult aan met deze suikerstroop. Steriliseer 20 min. bij 80°. Voor abrikozen kan men iets minder suiker nemen. Bijvoeging van eenige kernen van pitten is aan te bevelen.

Kersen, Reineclaudes, Mirabellen, Pruimen, Kwetsen, worden met koud water gewasschen, rauw in de glazen gedaan, suiker en water er bijgevoegd en 20 min. bij 80 graden gesteriliseerd. Verder is alles wat bij de Besvruchten gezegd is ook hier van toepassing. Op 1 L. kersen neemt men 100 gr. suiker, bij alle pruimensoorten 300 gram.

C. Pitvruchten: Appelen worden als peren behandeld, maar slechts 20 minuten gesteriliseerd.

Ananas kan men op verschillende wijzen innemen. Daar de vrucht niet in zijn geheel in het glas kan, snijdt men haar in dobbelsteentjes of wel verdeelt de ananas door de lengte in 8 parten en zet die weer als een geheel in het glas. De ananas wordt eerst dun geschild, de donkere plekjes worden verwijderd, vervolgens in parten verdeeld, in een schotel gelegd en met suiker bestrooid. Na 24 uur is er genoeg sap uitgetrokken om het glas er mee te vullen. Men steriliseert dan zeer langzaam 15 min. Ook de schil en de afval van de ananas kan men nog gebruiken. Zij worden met de dubbele hoeveelheid water 5 à 10 min. gekookt en dan laat men het in een steenen pan of schotel 24 uur toegedekt staan, vervolgens wordt het door een

doek gegoten. Op een liter sap neemt men 750 gr. suiker en kookt het samen op terwijl men het goed afschuimt. Laat koud worden, vul de glazen en steriliseer eenige minuten. Voor ananas gebruike men de lage 1 L. gl. of $\frac{3}{4}$ jamglazen.

Meloen en Pompoen de z.g.n. eetbare Kalabassen worden geschild, het binnenste verwijderd, in de lengte verdeeld, rauw in de glazen gedaan en verhit totdat de vrucht zakt. Dan de glazen bijvullen uit een ervan, suiker bijvoegen naar smaak en $\frac{1}{2}$ uur bij 80° C. steriliseeren.

Peren. Er zijn soorten die 5 min., anderen die $\frac{1}{2}$ uur en langer gesteriliseerd moeten worden. Men kan de peren in hun geheel of in partjes inleggen, geschild of ongeschild. De hoeveelheid suiker hangt ook geheel van de soort af. De fijnste tafelperen geven ook de fijnste compôte. Of de Peer wit of rood wordt na de sterilisatie, hangt van de soort af. Als wit blijvend zeer aan te bevelen is de Vroege Suikerpeer.

Hierbij handelen wij als volgt: op 1 L. water neme men 1 kilo suiker, 1 stukje citroenschil en 1 stukje vanille, brengt dit aan de kook en werpt er de geschild halve peren in. Deze moeten koken totdat ze gaar zijn doch niet te zacht. Daarna neme men een zilveren lepel en vulle de glazen, terwijl men de stukken mooi gelijkmatig op elkander legt, de platte kant naar onderen. Daarna steriliseert men naar gelang van rijpheid gedurende 10—30 min. bij 80° C.

Kweeperen. Tot inmaak kiest men de gele kweeper, die ongeveer half October rijp is. Iedere vrucht wordt met een linnen doek afgewreven totdat de gladde schil zichtbaar is en dan in de helft of in vieren gedeeld. Die parten worden geschild, van klokkenhuizen ontdaan en met water in een steenen pan gaar gekookt. Wenscht men dat ze wit blijven dan neme men de partjes met een schuimspaan uit het nat, strooie er flink suiker tusschen en overheen en laat ze een nacht overstaan. Er trekt dan weer sap uit dat men met het nat waarin de peren gekookt werden, te vuur zet onder toevoeging van 1 kilo suiker op 1 kilo sap. Nu koken totdat eenige druppels op een koud bord stollen, het moet bepaald sterk opbruischend koken. Dan worden de partjes weer er in geworpen, even meegekookt en de gewarmde glazen worden gevuld. Steriliseer 25 min. bij 90°.

Vruchtensappen.

Om flink uitgerust te zijn voor het maken van vrucht-sappen heeft men de volgende apparaten noodig:

1 Schroef-Vruchtenpers.

1 Filter.

1 Puree-machine.

1 geëmailleerde- of steenen pan.

Het maken van de sappen is zoo eenvoudig en zeker, dat het onbegrijpelijk is dat er nog niet veel meer gebruik van wordt gemaakt en men liever, dan zich een *weinig* moeite te geven, zich laat vergiftigen door al de brouwsels uit chemicaliën, sacharine, salicyl, alcohol enz. samengesteld, die met mooie namen en etiketten als limonaden hun weg naar de kindermagen vinden. Een goed met of zonder suiker bereid vruchtensap, zal ook de meest geprikkelde tong best smaken, het is de natuurlijke drank van het vruchtetend menschengeslacht en daarom smaakt en bekomt het ieder.

De WECK's sapglazen zien er zoo keurig uit, dat ze als karaffen op tafel komen en daarenboven een *waarborg* voor echtheid geven.

De sappen houden zich nog gemakkelijker dan de vruchten en worden eveneens in kelder of kast bewaard.

Alvorens tot de beschrijving der recepten over te gaan, willen wij eerst het winnen der vruchtensappen kort beschrijven.

Vruchtensappen worden op drieërlei wijze vervaardigd:

1. *Door uitdrukking of persing.* Deze methode is de gebruikelijkste en ook de beste. De vruchten (beziën of ander ooft) worden in de vruchtenpers of in een doek gedaan en dan flink uitgeperst. Het gewonnen sap wordt in Weck-glazen gedaan en vervolgens 25 minuten bij 75 graden gesteriliseerd. Hierna zet men het sap weg en laat het minstens 8—14 dagen staan, om het te laten bezinken. Daarna kan men het filtreren.

2. *Door trekken.* Deze methode wordt gebruikt met zachtvleezige vruchten, n.l. bij beziën, als: aardbeien, frambozen, braambessen, enz. De vruchten worden in een pot van porcelein of aardewerk gevuld en tegelijkertijd met suiker bestrooid. Vervolgens dekt men den pot toe en laat hem ongeveer 36 uur staan. Na verloop van dezen tijd heeft het sap zich reeds gevormd en kan dan afgeschonken worden. Het filtreren en klaren van het sap kan dan terstond geschieden. Daar de sappen echter met suiker doortrekker

zijn, filtreeren zij slechts langzaam; om die reden verdient deze methode niet zoózeer aanbeveling; men wendt ze echter meestal aan, wanneer men het overblijvende voor marmelade wil gebruiken.

3. *Door uitkoken.* Het uitkoken heeft meestal plaats bij beziënsoorten, bijv. *aalbessen*. Zoodra de vruchten stuk zijn en het sap er uit is, wat bij circa 70 graden geschiedt, wordt de pot van het vuur gezet. Vervolgens zijt men het sap door een doek, opdat het wat helder worde. Bij het koken kan men al suiker toevoegen. Daarna begint men te filtreeren.

Van de vermelde drie methodes heeft de eerste beslist de voorkeur, daar de sappen zuiverder en ook aromatischer bewaard blijven, en ze beter gefiltreerd kunnen worden, daar de toevoeging van suiker nog ontbreekt. Bij de winning van vruchtensappen moet ook vóór alles daarop gelet worden, dat de vruchten niet al te rijp zijn, en dat er geen aangestokenen bij zijn. Al te rijpe of aangestoken vruchten of beziën maken het sap troebel, zoodat, ondanks de beste filtrering, geen helder sap te krijgen is. Vruuchtensappen mogen nooit met metalen vaatwerk (potten of pannen) in aanraking komen. Zij krijgen daardoor dadelijk een troebele blauwachtige kleur. Het beste gebruikt men hiervoor vaatwerk van glas en porcelein, of, wanneer niet anders mogelijk, van emaille.

Van *alle* vruchten kan men sap winnen, de voornaamsten worden hier genoemd.

Aardbeisap. De aardbei laat zeer gemakkelijk haar sap los, bij zachte verhitting met of zonder suiker, ook reeds door eenvoudig met suiker te laten staan. Men kan het sap scheiden door filtrering of ook door afgieten.

Van het overgebleven vleesch maakt men door inkoken met wat suiker en daarna steriliseeren, jam.

Het sap wordt in de flacons gegoten en 20 min. bij 80 à 90° verhit. Men zoekt natuurlijk voor begin de aangestoken en schimmelige vruchten eruit.

Boschaardbeien leveren het meest aromatische sap.

Ananassap. De harde schil wordt afgenomen, en met alle verdere afval in een pan met $\frac{1}{2}$ liter suikeroplossing, $\frac{1}{4}$ kilo suiker op $\frac{1}{4}$ liter water gefiltreerd, 20 min. gekookt en dan 20 min. 70° C. gesteriliseerd. De schoone ananas wordt in schijfjes gesneden en met 100 gram suiker op $\frac{1}{2}$ liter water overgoten en 30 min. bij 70° C. gesteriliseerd.

Appelsap. De appels worden in kleine stukjes gesneden

en met heet water uitgetrokken. Dan wat suiker toegevoegd en 15 min. bij 90° C. gesteriliseerd.

Bessensap. De rijpe bessen worden in de vruchtenpers uitgeperst, dan het zoo verkregen vocht gefiltreerd, het vleesch dat terugblijft wordt voorzichtig met een lepel afgenomen en met suiker als jam gesteriliseerd. Het heldere of bijna heldere sap wordt 15 min. bij 90° C. gesteriliseerd.

Boschbessensap. De boschbessen kunnen direct in de vruchtenpers uitgeperst, dan het sap laten staan bezinken, filtreeren en met of zonder suiker 15 min. bij 75 à 80° C. gesteriliseerd.

Wil men de sappen geheel helder hebben, dan kan men het nog eens filtreeren.

Bramensap. Men verhit de goedrijpe bramen met wat suiker tot 80 à 90 graden, gedurende $\frac{1}{2}$ uur laten staan, filtreert en steriliseert 15 min. bij 90° C.

Citroensap. De citroenen worden met een handpers of op een draaier uitgeperst, in 2-literglazen gevuld en $\frac{1}{2}$ uur op 90° gesteriliseerd, dan laat men een paar dagen staan, tot het vleesch zich gezet heeft, schenkt voorzichtig af, vult in Weck's Sapglazen en steriliseert nog eens 10 min. bij 80 à 90° C.

Druivensap. De druiven worden in de pers uitgeperst en dan gefiltreerd en met of zonder suiker gesteriliseerd 15 min. 80 à 90° C.

Frambozensap wordt geheel behandeld als aardbeisap, het levert nog meer en er blijft bij filtreeren maar uiterst weinig over.

Kersensap. Men kan de uitgezochte *goed* rijpe donkere kersen met pit en al fijnstampen, beter echter eerst met een Amerikaansche ontpitter de pitten er uit halen en dan het vleesch in de vruchtenpers uitpersen, met of zonder suiker een nacht over laten staan, dan het heldere sap in flacons gieten en 15 min. bij 75 à 80° steriliseeren.

Kersensap verkrijgt men ook door 8 kilo goed rijpe kersen met 8 liter water en 8 kilo suiker, 1 uur te koken, het sap wordt in glazen gevuld en 15 min. op 80° C. verhit.

De overgebleven kersen kunnen nog als compôte dienen.

Kruisbessensap, weinig bekend doch een heerlijk sap, liefst neemt men de groote donkerroode vruchten, stelen en kroontjes kunnen er aanblijven. Men wascht terdege en zoekt goed alle niet geheel gave vruchten uit, men stelt de

pers zoo dat er geen pitjes stukgedrukt worden; het sap wordt opgevangen en direct 20 min. bij 70° C. gesteriliseerd.

De uitgeperste pitjes, steeltjes en schillen worden met $\frac{1}{2}$ liter kokend water op 1 kilo massa, $\frac{1}{2}$ uur lang onder roeren op een klein vuur tot bij kookpunt verhit. Na bekoeling filtreert men en steriliseert 20 min. bij 70° C. Na eenige weken doet men alles bij elkaar, filtreert, voegt op 1 liter 175 gram suiker toe, en verhit nu nog eens 20 min. op 70° C.

Perensap kan men bereiden als appelsap. Een goedkoope drank evenwel door de klokkenhuizen en schillen 20 min. in suikeroplossing (800 gr. op 1 liter water) te koken na bekoeling 20 min. op 80° te steriliseeren.

Rabarbersap. Dit heerlijke sap wordt gemakkelijk verkregen door in stukjes gesneden stelen met pl.m. $\frac{1}{2}$ Kilo suiker te verhitten, men filtreert of schenkt het sap van de stukjes en steriliseert *het sap 15 min.*, bij 90° C. Wil men de sappen op gewone flesschen vullen, dan kan dit ook; de flesschen worden eerst met warme soda-oplossing schoon-gemaakt, dan met zoo heet mogelijk water herhaald uitgespoeld, de sappen ingevuld en 15 min. bij 90° C. gesteriliseerd.

Selderijsap. De selderijknollen worden gewasschen, geschild, in schijfjes gesneden, gewogen en in een kookpan gelegd. Op 1 K.G. selderijschijven rekent men 750 gram suiker. Deze wordt zoolang met een weinig water gekookt, totdat ze draderig geworden is, waarna ze nog tamelijk heet over de selderijschijven moet gegoten worden. De pot wordt toegedekt en 12 uur lang weggeborgen. Hierna wordt alles nog ongeveer 10 minuten gekookt.

Het verkregen sap wordt gefiltreerd, in kwart-liter fleschjes gedaan en hierin gedurende 20 minuten op 90° gesteriliseerd. Dit sap leent zich uitstekend voor het aanmengen van salade, en is een voortreffelijk geneesmiddel voor reumatieklidders.

Sinaasappelsap. Wordt als Citroensap behandeld.

Tomatensap. Goed rijpe tomaten, de beste heeft men in Augustus, daar er dan meer aroma aan is, worden gespoeld van de stelen ontdaan, in stukjes gebroken en daarna in het glas langzaam verwarmd. Zoodra zij volkomen zacht zijn, laat men ze langzaam door een zeef loopen. Het doorgelopen zoetzure, geelachtige sap steriliseert men 1 uur op 80° C.

Vossenbessensap. Vossenbessen worden met weinig water

stukgekookt, suiker bijgevoegd en gefiltreerd, daarna 15 min. bij 90° C. gesteriliseerd.

Laat ons hopen, dat deze uiteenzetting er toe moge bijdragen om het *kunst*-sap, door heerlijk voedzaam *natuurlijk* sap te doen vervangen.

Gelei en Marmelade.

Volgens de methode, die in de fabrieken van marmelade en gelei wordt gevolgd, scheidt men het sap niet van het vleesch. De gewone manier is aldus, in den drukken tijd worden de ontvangen vruchten: aardbeien, bessen, frambozen enz. in groote pannen met stoom even gekookt en dan in bussen of vaten gevuld. Men laat ze dan staan tot ze verwerkt worden. De jam, marmelade of gelei wordt nu gemaakt door de vruchtmassa in een koperen wijde pan met dubbelen wand, waarin stoom met 5 atmosfeer wordt gelaten, 15 min. met 80 pCt. suiker te verhitten, de helft van het vocht gaat er in dien tijd uit en er blijft dan na heet afvullen in de potten, de bekende geleachtige massa over.

Als men zonder stoom werkt, duurt het verhitten veel langer, waardoor men evenredig meer aroma verliest.

Volgens de methode die wij volgen, scheidt men sap en vleesch, het sap wordt voor zich gesteriliseerd en aan het vleesch zooveel suiker toegevoegd als men naar smaak wenscht, dan goed doorgeroerd en nu in WECK's geleiglazen gevuld en 20 min. bij 70 à 80° C. gesteriliseerd.

Gelei te maken van *volle* vruchten in WECK's glazen, en dan even stijf als de fabrieksjam zooals zoo dikwijls gevraagd wordt, is natuurlijk onmogelijk, de vruchten bevatten ongeveer 85 pCt. water en dat moet er eerst voor het grootste gedeelte uit, daarom is vrij langdurig verhitten op hoogere temperatuur in open schalen of pannen tot uitdrijving van dit water noodig, en vult men dan heet in WECK's Geleiglazen (voorgewarmd), waardoor tenminste het lastige dichtbinden vermeden wordt.

Geleien.

Aalbessengelei.

Geen vruchtensoort geeft zoo spoedig een voortreffelijke

en vaste gelei als aalbessen, onverschillig of men witte, roode of zwarte neemt.

Op verschillende wijze kan men gelei van deze vruchten maken, doch de beste en eenvoudigste manier is de volgende:

Goed rijpe aalbessen worden met een vork van hun steeltjes bevrijd, daarna gewasschen en uitgeperst. Het verkregen sap wordt gefiltreerd opdat het goed helder wordt, hierna gewogen en op het vuur gezet. De suikertoevoeging rekent men bij witte op 500 gram per Kg. sap; onder voortdurend afschuimen wordt het sap zoolang gekookt tot het de gewenschte vastheid heeft verkregen. De heete gelei doet men ten slotte in de van te voren verwarmde glazen en verwarmt deze gedurende 10 minuten op 90 gr. Celsius.

Aardbeigelei.

Goed rijpe aardbeien worden op een zeer zacht vuur zoolang gekookt tot ze geheel gebroken zijn. Men filtreert het sap, weegt het en zet het opnieuw op vuur, met toevoeging van halve hoeveelheid fijne suiker. Dit alles te samen wordt onder voortdurend afschuimen zoo lang gekookt, tot het sap tot gelei is geworden. Daarna wordt de heele gelei in de van te voren verwarmde glazen gedaan en gedurende 10 minuten op 90 gr. verhit.

Appelgelei,

van onrijpe appelen, afgevallen vruchten.

Men kan van onrijpe (afgevallen) appelen een zeer voortreffelijke gelei maken. De vruchten worden gewasschen en in kleine stukjes gesneden, waarbij wormstekige of vuile plekken worden verwijderd. Deze stukjes worden met zooveel water overgoten, dat ze daarmee bedekt zijn. Daarna worden ze gaar gekookt. Men filtreert het sap zonder de stukjes appel te persen.

Het verkregen sap zet men, na het gewogen te hebben, op, doet op 1 K.G. sap 400 gram suiker en eenige vanille en kookt het sap onder voortdurend afschuimen tot het een goede gelei vormt. Daarna vult men de van te voren verwarmde glazen met de warme gelei en verhit alles 10 min. op 90 gr. Celsius.

Gelei van rijpe appelen.

Hiervoor kan men alle appelsoorten bezigen, mits de vruchten maar rijp zijn. Natuurlijk hangt het te verkrijgen resultaat af van de fijnheid der appelen.

De beste gelei leveren de geurige reinettensoorten.

Behandeling als bij onrijpe appelen, maar $\frac{1}{2}$ minder suiker.

Appelgelei II,

van onrijne vruchten.

De appelen worden gewasschen en in vieren gesneden. Men zet ze koud op en laat ze langzaam warm worden. Nu laat men ze zoo lang koken tot de vrucht juist week wordt, stukkoken mogen ze niet, daar de gelei anders troebel wordt. Dan zet men de vruchten gedurende een nacht op een warme plaats, giet het sap voorzichtig van de appelen in een vergiet en laat ze goed uitdruppelen zonder te persen.

Het sap wordt dan gemeten of gewogen en voor de helft verkookt, men doet op 1 pond sap $\frac{3}{4}$ pond suiker en voegt er naar goedvinden citroenschillen of vanille of 1 stukje kaneel bij. Zoodra de suiker opgelost is, laat men het op een flink vuur 15 minuten koken. Nadat het afgekoeld is, worden de van te voren verwarmde glazen gevuld en gedurende 10 min. op 80 gr. verhit.

Abrikozengelei.

Uit een kilogram goed rijpe abrikozen worden de steenen verwijderd. Hierop worden 2 K.G. suiker en $\frac{1}{2}$ Liter water goed gekookt, en daarin de abrikozen gedaan en zoolang gekookt tot ze doorzichtig geworden is. Men filtreert het sap, vult er de van te voren verwarmde glazen mede en verhitte deze gedurende 10 minuten op 90 gr. Van de overgebleven abrikozen kan men marmelade bereiden.

Boschbessengelei.

Goed rijpe en zorgvuldig uitgezochte boschbessen worden in een pers uitgedrukt, het verkregen sap filtreert men, daarna wordt het sap gewogen en op het vuur gezet. Dan voegt men op 1 K.G. sap 600 gram suiker en kookt het sap onder voortdurend afschuimen zóólang tot het gelei wordt.

De van te voren verwarmde glazen worden met de gelei gevuld en gedurende 10 minuten op 90 gr. Celsius verhit.

Bramengelei.

Goed rijpe bramen worden op een zacht vuur gezet en tot koken gebracht. Hierna uitgeperst en het verkregen sap met suiker vermengd en andermaal op het vuur gezet. Op 1 K.G. sap rekent men 400 gram suiker.

De van te voren verwarmde glazen worden daarna met de verkregen gelei gevuld en gedurende 10 minuten op 90 gr. Celsius verhit.

Druivengelei.

Goed rijpe zoete druiven worden van de steeltjes gedaan en in een vruchtenpers goed uitgeperst. Het verkregen sap wordt gefiltreerd, gewogen en opgezet. Op een kilogram sap rekent men 750 gram suiker, men voegt deze er bij en kookt het sap onder voortdurend afschuimen zoolang tot het in gelei verandert. Hierop vult men de van te voren verwarmde glazen met de heete gelei en verhit alles gedurende 10 minuten op 90 gr. Celsius.

Deze gelei is zeer fijn, daardoor zeer aan te bevelen.

Gelei van onrijpe druiven.

Niet alle druivensoorten worden rijp en moeten bederven, indien ze niet gebruikt worden om er gelei van te maken. Hiertoe worden de onrijpe druiven gewasschen, van de steeltjes bevrijd en met een weinig water op het vuur gezet en zoolang gekookt tot ze zacht zijn geworden. Het sap wordt door uitpersen verkregen, daarna gefiltreerd, gewogen en op een flink vuur aan de kook gebracht. Op 1 Kgr. sap rekent men 1 Kg. suiker en kookt alles zoolang tot het in gelei overgaat. Daarna worden de van te voren verwarmde glazen met de gelei gevuld en alles gedurende 10 minuten op 90 gr. Celsius verhit.

Frambozengelei.

Frambozengelei kan men op dezelfde wijze maken als gelei van aardbeien.

Frambozengelei met aalbessen.

Goed rijpe frambozen worden met een gelijke hoeveelheid rijpe roode aalbessen in een porceleinen schaal stuk gedrukt. De aalbessen moeten van te voren eerst bevrijd zijn dan de steeltjes. Hierop worden de vruchten in een pers goed uitgeperst, het verkregen sap gefiltreerd, gewogen en op het vuur gezet.

Op 1 K.G. sap rekent men 500 gram suiker, men voegt dit er bij en laat het sap onder aanhoudend afschuimen zoo lang koken tot het gelei wordt.

Daarna worden de glazen met gelei gevuld en gedurende 10 minuten op 90° verhit.

Heidebessengelei.

Goed rijpe en zorgvuldig uitgezochte heidebessen worden

op een zeer zacht vuur langzaam week gekookt en daarna met een vruchtenpers uitgeperst. Het verkregen sap wordt gefiltreerd, gewogen en vermengd met suiker. Op 1 K.G. sap rekent men 500 gram suiker. Dan wordt het onder voortdurend afschuimen op een flink vuur gekookt tot gelei. Daar deze soort bessen spoedig en goed in gelei overgaan, mag het sap niet langer dan 10—15 minuten gekookt worden. Door langzaam en langer koken verliest de gelei haar mooie kleur. De heete gelei doet men nu in de van te voren verwarmde glazen en verhit ze gedurende 10 minuten op 90° Celsius.

Kruisbessengelei.

Goed rijpe kruisbessen worden op een zacht vuur gezet met zooveel water dat de bodem slechts bedekt is, en zoolang gekookt tot ze geheel stuk zijn. Nu filtreert men het sap en weegt het daarna. Op 1 K.G. sap worden 750 gram suiker gevoegd en op een flink vuur zoo lang gekookt, tot de gelei gevormd is. De van te voren verwarmde glazen worden er dan mede gevuld en gedurende 10 minuten op 90° verhit.

Kweegelei.

Goed rijpe kweeën, hetzij appel of peren, worden met een borstel of grof doekje van de wol bevrijd, die zich eraan bevindt, in niet te kleine stukken gesneden en met zooveel water op het vuur gezet dat ze er geheel mee bedekt zijn. Op deze wijze kookt men ze langzaam gaar, onder voortdurend roeren. In geen geval mogen ze tot pap gaar koken, daar men er dan sap van krijgt.

Nu worden de gaar gekookte stukken in een vruchtenpers uitgeperst en het verkregen sap gefiltreerd. Het heldere sap wordt nu gewogen en op 1 K.G. sap vermengd met 750 gram fijne suiker, en daarna onder voortdurend afschuimen op een flink vuur zoolang gekookt tot de gelei goed is.

Ten slotte worden de van te voren verwarmde glazen met de gelei gevuld en gedurende 10 minuten op 90 gr. verhit. Frisch geplukte en dadelijk toe bereide vruchten geven een helder geel gelei, terwijl vruchten die reeds gelegen hebben een roode gelei geven.

Kwetsengelei.

Goed rijpe kwetsen worden gewasschen, van de steeltjes bevrijd en met weinig water zoolang gekookt, totdat ze week geworden zijn. Dan laat men de vruchten door een doekje

loopen, zonder dat men ze drukt of perst. Het verkregen sap wordt gewogen en na toevoeging van suiker onder voortdurend afschuimen tot gelei gekookt, (op 1 Kg. sap rekent men 500 gram suiker). Daarna giet men de heete gelei in de van te voren verwarmde glazen en verhit alles gedurende 10 minuten op 90 gr. Celsius.

Mispelgelei.

Rijpe mispelen worden met een doekje afgeveegd en met zooveel water opgezet dat ze er rijkelijk onder liggen. Hierin moeten ze op een zeer zacht vuur langzaam gaar koken, wat goed drie uren kan duren. Nu doet men de vruchten met het sap in een vruchtenpers, waarin ze goed uitgeperst worden.

Het verkregen sap wordt gefiltreerd en gewogen, terwijl men bij 1 Kg. sap 500 gram suiker voegt, opnieuw opgezet en onder voortdurend afschuimen zoolang kookt tot het gelei wordt.

De van de voren verwarmde glazen vulle men daarna met de heete gelei en verhitte ze 10 minuten op 90 gr.

Deze gelei heeft een mooie roode kleur en smaakt voortreffelijk.

Perengelei.

Rijpe vruchten van zeer geurige soorten worden afgewasschen, in kleine stukjes gesneden (niet schillen) en met zooveel water op het vuur gezet dat ze er juist mee bedekt zijn. Men laat ze koken tot ze gaar zijn. Daarna verkrijgt men door uitpersen het sap, dat, na eerst gefiltreerd en gewogen te zijn, opnieuw op het vuur gezet wordt, na er suiker bij te hebben gevoegd. Op 1 K.G. sap rekent men 300 gram suiker. Onder voortdurend afschuimen wordt het sap zoolang gekookt tot het gelei wordt. Ten slotte wordt ze heet in de van te voren verwarde glazen gedaan en gedurende 10 minuten op 90 gr. verhit.

Rabarbergelei.

Rabarber geeft een voortreffelijk gelei die veel met honig overeenkomt

De Rabarberstelen worden gewasschen, geschild en in kleine dobbelsteentjes gesneden. Daarna moeten de stukken zonder water zoolang koken tot ze week zijn geworden, zonder evenwel te breken. Nu filtreert men het sap zonder te drukken of te persen. Het verkregen sap wordt gewogen (bij 1 K.G. sap voege men 750 gram suiker) en op een flink vuur zoolang gekookt tot de gelei gereed is. Dan vult

men de van te voren verwarmde glazen en verhit alles gedurende 10 minuten op 90° Celsius.

Reine Claudesgelei.

Goed rijpe vruchten worden met een doekje afgewreven, van de steeltjes bevrijd, de steenen verwijderd en met zeer weinig water op een zacht vuur gezet, totdat ze geheel week geworden zijn. Hierna filtreren; het sap wordt gewogen en vermengd met suiker (op 1 Kg. sap rekent men 750 gram suiker) en daarna op een flink vuur onder voortdurend afschuimen gekookt tot de gelei gevormd is. Dan vult men de van te voren verwarmde glazen en verhit alles gedurende 10 minuten op 90° Celsius.

Marmelades.

Aalbessen-marmelade.

Goede, rijpe, witte of licht roode aalbessen worden afgerist, goed gewasschen, door een fijne haarzeef gewreven, gewogen en in een pan op het vuur gezet. Hierop wordt per K.G. marmelade 750 gram suiker gevoegd en daarna alles op een flink vuur gekookt onder voortdurend roeren, totdat ze dik van den lepel valt. Ten slotte worden de glazen er mede gevuld en gedurende 10 minuten op 90° verhit.

Aardbeien-marmelade.

Goed rijpe aardbeien worden door een haarzeef gestreken zoodat het zaad terugblijft. Hierop wordt de verkregen brij gewogen, op 1 K.G. met $\frac{1}{4}$ K.G. suiker vermengd. De brij wordt op het vuur gezet en zoolang onder voortdurend roeren gekookt, totdat de marmelade dik van den lepel valt. Hierna vulle men er de glazen mede en verwarmt deze 10 minuten op 90°.

Abrikozen-marmelade.

De geheel rijpe abrikozen worden gehalveerd (de steenen worden verwijderd) met een beetje water op het vuur gezet en tot brij gekookt, daarna door een haarzeef gedaan, opdat de harde schillen achterblijven. Bij de verkregen pap wordt op 1 K.G. brij $\frac{1}{2}$ K.G. suiker gemengd en daarna

zoolang gekookt tot ze onder voortdurend roeren stijf wordt. Daarna vulle men de glazen en verhit deze 10 minuten op 90°.

Ananas-marmelade.

De goed rijpe vruchten worden geschild in kleine dobbelsteentjes gesneden en in een porceleinen schotel tot brij gestampt. Deze wordt gewogen en op 1 K.G. brij $\frac{1}{2}$ K.G. suiker gedaan, daarna opgezet en onder voortdurend roeren ongeveer 15 minuten gekookt. Hierop wordt de marmelade in de van te voren verwarmde glazen gedaan en gedurende 10 minuten op 90° verhit.

Appel-marmelade.

Rijpe appels worden, nadat de slechte plekken verwijderd zijn, flink afgewreven met een doekje, daarna in stukken gesneden, met een weinig water op het vuur gezet en tot brij gekookt. Daarna wordt de brij gezeefd, gewogen en op 1 K.G. brij $\frac{1}{2}$ K.C. suiker toegevoegd, nu op het vuur gezet en onder voortdurend roeren, zoo lang gestoofd, tot ze lijvig wordt. Daarna wordt er bij de pap nog wat fijn gesneden citroenschil gevoegd en ten slotte in de van te voren verwarmde glazen gedaan en hierin 10 minuten lang op 90° verhit.

Frambozen-marmelade.

Rijpe uitgezochte frambozen worden door een fijne haarzeef gewreven. De verkregen brij wordt gewogen en in een pan op het vuur gezet. Men neme op 1 K.G. marmelade $\frac{1}{2}$ K.G. suiker en koke alles onder voortdurend roeren, totdat ze de juiste dikte heeft gekregen. Nu worden de van te voren verwarmde glazen er mede gevuld en verwarmd gedurende 10 minuten op 90°.

Kersen-marmelade.

Zeer rijpe kersen, voor de eene helft zure, voor de andere zoete kersen, worden van de steeltjes bevrijd en opgezet. Hierop worden ze geheel gaar gekookt. Dan worden ze door een haarzeef gegoten, om de steenen te verwijderen. De verkregen brij wordt met suiker weggezet (op 1 K.G. brij 250 gram suiker) en daarna gekookt tot de gewenschte dikte. Hierop vult men de van te voren verwarmde glazen en verhit deze gedurende 10 minuten op 90° Celsius.

Kruisbessen-marmelade.

Goed rijpe kruisbessen worden zonder water op een

zacht vuur gezet en week gekookt. Daarna door een fijne haarzeef gegoten en het sap gewogen. Op 1 K.G. sap doet men 500 gram suiker, en daarna op een flink vuur onder voortdurend roeren zóó lang gekookt, tot ze de gewenschte dikte heeft gekregen. Dan vult men er de glazen mee en verhit deze gedurende 10 minuten op 90° Celsius.

Mirabellen (kleine pruimen) marmelade.

Deze heerlijke marmelade wordt op de volgende wijze gereed gemaakt. Van geheel rijpe vruchten worden de steenen verwijderd, de ontpitte vruchten gewogen en in een pan op een zacht vuur onder voortdurend roeren zoo lang gekookt, totdat ze voldoende sap hebben getrokken. Dan neme men op 1 K.G. vruchten 200 gram suiker en kookt de brij zoolang tot hij dik vloeibaar geworden is. Vervolgens wordt ze heet in de van te voren verwarmde glazen gedaan, laat deze daarna afkoelen en verhit ze gedurende 10 min. op 90° Celsius.

Mispel-marmelade.

Overrijpe mispels worden na de eerste zachte vorst geplukt en met zooveel water overgoten dat ze onder liggen. Nu zet men ze op het vuur en kookt onder voortdurend roeren zoolang tot ze geheel tot brij zijn geworden. Deze brij wordt dan door een zeef gegoten. De verkregen pap wordt gewogen en men voege op 1 K.G. brij 250 gram suiker, nu wordt ze andermaal op het vuur gezet tot ze de gewenschte dikte heeft gekregen. De van te voren verwarmde glazen worden er dan mee gevuld en verhit gedurende 10 minuten op 90° Celsius.

Perziken-marmelade.

Goede, rijpe perziken worden van de steenen ontdaan en op een zacht vuur zóólang gekookt, dat ze tot brij zijn geworden. Nu strijkt men ze door een haarzeef, zoodat de onverkookte schillen achterblijven, daarna weegt men de brij en voegt op 1 K.G. 250 gram suiker met de sap van een citroen, daarna alles zoolang koken tot de gewenschte dikte is verkregen. Ten slotte wordt de heete marmelade in de van te voren verwarmde glazen gedaan en 10 minuten op 90 gr. Celsius verhit.

Pruimen-marmelade.

(KWETSENMOES).

Voor alles dient gelet, dat de pruimen goed rijp zijn, ja bijna overrijp. In dezen toestand hebben ze het grootste

suikergehalte en geven een zoet en smakelijk moes. Door de overrijpheid is ook reeds een groot deel van het zich in de vrucht bevindende water verdampt, waardoor ook het latere koken spoediger geschiedt. Alle min of meer aangestoken vruchten worden zeer zorgvuldig uitgezocht. Hierna worden de pruimen goed gewasschen en met de pitten in een pan met zeer weinig water aan den kook gebracht.

Soms worden de pruimen, zonder de pitten, op het vuur gezet, wat niet aanbevelenswaardig is. Het moes uit de vruchten, waaruit de pitten eerst zijn verwijderd, krijgt nimmer den geurigen smaak van het op andere wijze gereed gemaakte moes.

Zoodra de pruimen geheel verkookt zijn, worden ze door een zeef gegoten, zoodat pitten, schillen en steeltjes terugblijven. Het verkregen sap wordt onder voortdurend roeren verder gekookt, zonder toevoeging van suiker, tot het in klonten van den lepel valt. Dan vult men er de glazen mede, die gedurende 10 minuten op 90° verhit moeten worden.

Rabarber-marmelade.

De zachte stelen der rabarberplanten worden geschild en in kleine dobbelsteentjes gesneden, hierna gewogen en bij 1 K.G. rabarber 750 gram suiker gevoegd, alsmede een stukje vanille en daarna op het vuur gezet. Onder voortdurend roeren wordt de rabarber zoo lang gekookt tot ze de gewenschte dikte heeft verkregen. Dan vult men de glazen en steriliseert gedurende 10 minuten op 100 gr.

Reine Claudes-marmelade.

Goed rijpe vruchten worden zonder water op een zacht vuur gezet tot ze gebroken zijn. Hierop worden ze door een fijnen haarzeef gegoten, zoodat de pitten, schillen en steeltjes terugblijven. Het verkregen sap wordt gewogen (op 1 K.G. sap doet men 500 gram suiker), opnieuw op het vuur gezet en zoolang gekookt tot het de gewenschte dikte heeft verkregen. Daarna wordt het heet in de van te voren verwarmde glazen gedaan, en verhit gedurende 10 minuten op 90 graden.

Rozenbottel-marmelade.

Goed rijpe bessen worden met een doekje goed afgeveegd, van steel en bloesem bevrijd en doormidden gesneden (de kern en de haartjes worden zorgvuldig verwijderd,) in een pan met zooveel water weggezet, dat ze juist er onder liggen.

Nu worden de bottels tot brij gekookt en door een zeef gegoten. De verkregen pap wordt gewogen en andermaal op het vuur gezet. Op 1 K.G. brij rekent men 500 gram suiker. Daarna wordt de brij onder voortdurend roeren zoolang gekookt, tot hij dik van de lepel valt. Nu vult men er de van te voren verwarmde glazen mede en verhitte deze 10 minuten op 90 graden.

Tomaten-marmelade.

Volkomen rijpe tomaten worden goed gewasschen en van het kroontje bevrijd, in kleine stukjes gesneden, zonder water opgezet, en zoolang gekookt tot ze geheel en al tot brij zijn geworden. Nu worden ze door een fijnen haarzeef gegoten, opdat het zaad en onverkookte schillen achterblijven. Het verkregen sap wordt gewogen, op 1 K.G. sap doet men 400 gram suiker en wat kaneel, en nu zoo lang onder voortdurend roeren gekookt tot het de gewenschte dikte heeft gekregen. Ten slotte wordt de kaneel verwijderd, de marmelade in de glazen gedaan en gedurende 10 minuten op 100 gr. gesteriliseerd.

De bereiding van alcoholvrije ongegiste vruchten-, bessen- en druivenmosten.

Aalbessenmost.

Van aalbessen kan men een uitstekende ongegiste en alcoholvrije most verkrijgen.

De bereiding is precies gelijk als met boschbessen. Daar evenwel het zuurgehalte nog grooter en het suikergehalte der aalbessen belangrijk minder is dan bij boschbessen, zoo vereischt deze vruchtensoort een grooter toevoeging van water om eene goede en smakelijke drank te worden. Men rekent daarom 2 Liter water op 1 Liter sap, en een toevoeging van suiker van 350 gram op 1 Liter sap. Steriliseer 30 minuten op 65 graden.

Aardbeienmost.

Ook deze vruchtensoort geeft een voortreffelijken drank in ongegisten toestand.

De goede rijpe aardbeien worden uitgeperst, het overschot met water overgoten en andermaal uitgeperst. Het verkregen sap wordt daarna met suiker vermengd (op 1 K.G. sap 200 gram suiker) en in de glazen gedaan en 30 minuten verhit op 65 graden.

Als het helder is geworden wordt het weer overgegoten en nogmaals als aangegeven behandeld.

Appelmost.

Goed rijpe appels worden in stukken gesneden of op een rasp stukgewreven en in een vruchtenpers uitgeperst. Het verkregen sap wordt dadelijk door eene fijne haarzeef gefiltreerd en in de WECK'S glazen gedaan. Deze worden gedurende 30 minuten op 65 gr. Celsius verhit.

Daar appelmost, behalve voldoende zuur- ook een voldoende suikergehalte bezit, is de toevoeging van suiker niet noodzakelijk. Na den gewenschten tijd worden de glazen weer geopend en het helder sap in de gereinigde flesschen gedaan en opnieuw 20 minuten op 65 gr. verwarmd.

Appelmost is op deze wijze een zeer eenvoudig te bereiden, zeer goedkoop en bovendien een zeer voedzame, gezonde en verfrissende drank.

Boschbessenmost.

De uitmuntende eigenschappen, waardoor boschbessenwijn zoo geroemd is, worden in veel grootere mate aan-

getroffen bij boschbessenmost. Het is een gezondheidsdrank van den eersten rang.

De goed rijpe boschbessen worden uitgeperst, de overblijfselen in de pers met even zooveel water overgoten als het sap en opnieuw goed uitgeperst. Dit is noodig, daar het sap zooveel zuur bevat, dat door het water wordt verslapt. Daar het sap evenwel een gering suikergehalte bevat, moet men er nog suiker bijvoegen en wel 200 gram op 1 Liter water.

Hierna filtreert men de most door een dichten haarzeef en behandelt ze verder als aalbessenmost.

Bramenmost.

Rijpe bramen worden goed uitgeperst, het sap door een dichte haarzeef gefiltreerd. Men voegt op 1 Liter sap 150 gram suiker, lost deze door aanhoudend roeren op, vult de glazen met het sap en verhit dit nu gedurende 30 minuten op 65° C.

Is het sap helder geworden, dan giet men het voorzichtig van het grondsap in andere glazen en verhit het andermaal 30 minuten en men verkrijgt een heerlijk smakende fijne en gezonde drank.

Druivenmost.

De druiven worden uitgeperst en het verkregen sap dadelijk in de glazen gedaan. Deze worden dan 30 minuten op 65 gr. verhit. Zijn ze helder geworden, dan worden de glazen geopend, het heldere sap voorzichtig afgegoten, het overschot gefiltreerd en het sap opnieuw 25 minuten op 65 gr. verhit.

Omdat de druiven een gering zuurgehalte en een groot suikergehalte bezitten, is de bijvoeging van water en suiker overbodig.

Wil men van blauwe druiven roode ongegiste most bereiden, dan handele men anders. Het is bekend, dat de roode kleurstof alleen zit in de schilletjes van de vruchten, en daardoor niet is te vinden in het uitgeperste sap. Om de kleur nu te behouden, moeten de vruchten, nadat zij bevrijd zijn van de steeltjes, in een waterbad op 60 gr. Celsius worden verhit, daardoor worden de poriën grooter en scheidt zich de roode kleurstof af. Hierna worden de vruchten eerst uitgeperst en het verkregen sap wordt verder behandeld als hierboven is aangegeven.

Frambozenmost.

De bereiding van frambozenmost is dezelfde als aangegeven voor aardbeienmost.

Kruisbessenmost.

Deze vruchten leenen zich uitmuntend voor een bereiding van alcoholvrije most. Goed rijpe bessen worden uitgeperst, de overblijfselen opnieuw met water overgoten en andermaal goed uitgeperst. Op 1 Liter sap rekent men $\frac{1}{2}$ L. water en 100 gram suiker.

De overige behandeling is dezelfde als aangegeven voor aalbessen.

Most van morellen.

Zure kersen is de eenige vruchtensoort met pitten die een drinkbare ongegiste drank leveren.

Rijpe vruchten worden in een schaal geplet en daarna uitgeperst. Zonder bijvoeging van water en suiker wordt het sap in de glazen gedaan en gedurende 30 minuten op 65 gr. verhit. Wanneer het volkomen helder geworden is, wordt het sap voorzichtig afgeschonken en andermaal 25 minuten op 65 gr. verhit.

Perenmost.

Nog niet rijpe, maar toch mooie vruchten, worden op dezelfde wijze als appels stuk gemaakt. Evenzoo uitgeperst wordt het sap op gelijke wijze behandeld en is evenzeer een gezond, voedzaam en verfrisschende drank.

Vleesch- en Vischspijzen. Algemeene Regelen.

Alle soorten van vleesch, dus ook *Wild* en *Gevogelte*, kunnen gekookt of gebraden, gelardeerd of ongelardeerd, met of zonder saus gesteriliseerd worden; doch het moet steeds *absoluut gaar of doorbraden zijn*. Te versch vleesch is tot steriliseeren even ongeschikt als tot onmiddellijk gebruik. Het vleesch tot sterilisatie bestemd, moet na de slachting eenige dagen op een koele plaats hangen.

Het braden moet zeer zacht en langzaam geschieden. Bij te sterke hitte krijgt het vleesch een korst, de hitte wordt dan niet meer goed doorgelaten en het vleesch blijft van binnen rauw. Het is aan te bevelen het vleesch na het braden en voor het inleggen in de glazen nog even in de saus op te koken. Men verdeelt het vleesch naar eigen goeddunken in stukken, vult de glazen, verhit ze snel op 100 gr. en blijft ze een half uur koken.

Voor het gebruik wordt het glas met inhoud warm gemaakt of wel geopend en de inhoud in een pan verhit.

Ook alle soorten van *Visschen* kunnen in WECK's glazen gesteriliseerd worden. Voor de in Nederland voorkomende soorten is nog weinig ondervinding opgedaan zoodat het niet aangaat er regelen en recepten voor te geven.

Paling in gelei gelukte prachtig. Gebakken visch, tongen enz. worden in de glazen goed bijengepakt en droog zonder saus 15 min. gesteriliseerd.

Zie voor meerdere Duitsche visch- en vleeschrecepten de laatste uitgave der *Duitsche gebruiksaanwijzingen Koche auf Vorrat, deel II*.

Het steriliseeren van melk.

De versche melk wordt onmiddellijk in de glazen gevuld en snel verhit tot 85 gr. C., op welk temperatuur men ze $\frac{1}{2}$ uur houdt. Deze melk blijft eenige dagen goed. Wil men ze echter langer bewaren of mee op reis nemen dan moet ze gedurende 2 uur bij 100 gr. C. gekookt worden.

Melk voor zuigelingen wordt in de vereischte verhouding met water of gortwater verdund onder toevoeging van melksuiker en in de 7 of 8 fleschjes van 200 gram verdeeld die men op een dag noodig heeft en verhit zooals hierboven vermeld is.

Men bewaart de gesloten fleschjes in den kelder, verwarmt ieder fleschje voor 't gebruik in een kan of beker met warm water, ¹⁾ verwijderd den deksel en zet er het gummispeentje op, dat op de fleschjes passend er bij geleverd wordt.

Dadelijk na het gebruik legt men fleschje, ring, deksel en speentje in koud water en reinigt de flesschen, deksels en ringen *dagelijks* voor de vulling met sodawater.

Eens per week moet men de ringen en het ringspeentje met sodawater uitkoken.

Er zijn thans ook glaasjes van $\frac{1}{10}$ en $\frac{1}{4}$ Liter voor het steriliseeren van room.

1) Bijzonder geschikt hiervoor is onze melkwarmer No. 45.

Eenige opmerkingen omtrent den tijd van het steriliseeren.

De tijd, in de recepten aangegeven, is berekend voor de glazen van 1 L., de kleineren kunnen iets korter verhit worden, de groteren moet men wat langer koken. B.v. kan men rekenen de halve liter glazen $\frac{1}{4}$ van den aangegeven tijd korter, daarentegen de $1\frac{1}{2}$ literglazen $\frac{1}{4}$ van den aangegeven tijd langer te moeten koken. Is b.v. de kooktijd voor 1 liter 60 min., dan is hij voor $1\frac{1}{2}$ liter 75 min., voor $\frac{3}{4}$ liter ongeveer 52, bij $\frac{1}{2}$ en $\frac{1}{3}$ 45 min. Glazen met droge vruchten zonder water gevuld, moeten ook wat langer gesteriliseerd worden.

Trouwens, wij moeten er hier attent op maken, dat deze geheele opgave van tijd geen absolute wet is. Veel toch hangt er soms af van de gewassen zelf, die onder verschillende omstandigheden gegroeid en getrokken zijn.

Zijn de voedingsmiddelen niet geheel versch, dan moet bij het steriliseeren met de uiterste voorzichtigheid gehandeld worden en eventueel, nadat de glazen gesloten zijn en met inachtneming van den aangegeven kooktijd, zoowel als van de juiste temperatuur, na 2—3 dagen nogmaals gesteriliseerd worden; dan is in het algemeen een verhitting voldoende van den halven tijd als de eerste maal. Dit tweemaalige steriliseeren („gefractionneerd steriliseeren” genaamd), verdient ook overigens aanbeveling bij groenten en vleesch, wanneer men zekerder werken wil. Men bedenke, dat door het koken de bacteriën wel gedood worden, de sporen echter meer bestand tegen de hitte zijn. Deze sporen ontwikkelen zich nu gewoonlijk na een tot twee dagen en worden dan bij de tweede sterilisatie gedood.

De vruchten blijven beter van aroma en smaak, naarmate men ze slechts *zeer langzaam* verhit en voor de meesten is een *temperatuur van 70 à 80 C.* voldoende, mocht zich echter na eenigen tijd toch schimmel vertoonen op de vruchten, zoo verwijdere men die spoedig en herhale de sterilisatie. Is de schimmel een gevolg van vochtigen kelder, dan bestrijke men de rand van het glas met een oplossing van anti-schimmel. De eerste sterilisatie is dan onvolkomen geweest. Door langer kooktijd en hooger temperatuur kan men dit voorkomen, maar, zooals reeds gezegd is, men neemt voor de vruchten een minimum tijd en minimum temperatuur aan, daar ze er te geuriger en beter om smaken en ook mooier blijven van vorm en kleur.

De meeste *groenten* verlangen vooraf gekookt of gestoomd te worden *bij 100 gr. Celsius.*

Het reinigen en bewaren der voorwerpen.

De metalen voorwerpen worden, na gebruik, met een doek afgewreven om het roesten te voorkomen. Is er eenmaal roest, dan kan men die met petroleum verwijderen. Gedurende den winter kan men door inwrijven met een weinig vaseline het roesten voorkomen. De *gummi ringen moeten na opening der glazen dadelijk zorgvuldig gereinigd worden.* Men bewaart ze op een koele, vochtige plaats. Droge lucht en vorst, vet en zuur maken den ring onbruikbaar. Vóór het gebruik worden de oude ringen zekershalve flink in soda-water opgekookt, daarna met schoon water weer afgespoeld en met een schoone doek afgewreven. Het spreekt van zelf, dat men ook de glazen en deksels schoongemaakt en met de opening naar onderen bewaren moet. De *nieuwe ringen* moeten **steeds** voor het gebruik een uur lang in soda-water en daarna nog eens in schoon water worden uitgekookt.

Het openen der glazen.

Om het glas te openen vat men de gummiring bij de *lip* aan, en trekt die langzaam uit totdat de lucht kan toetreden, de deksel laat dan ineens los. Men houdt de deksel met de hand goed vast. Mocht de ring dit uittrekken niet verdragen en doorbreken, dan is tevens het bewijs van zijn verdere ondeugdelijkheid geleverd. De ringen, die nog in goeden staat zijn, verdragen het uittrekken zonder beschadigd te worden; ze kunnen bij goede behandeling jarenlang gebruikt worden.

Veelal wordt er gevraagd hoelang de inhoud van een eenmaal geopend glas goed blijft. Het antwoord luidt: evenlang als andere versch gekookte groeten of vruchten! De lengte van tijd hangt af van de bewaarplaats en 't jaargetijde. In een koele, zuivere kelder telkens weggezet, kan men vruchten minstens 8 dagen goedhouden, de groenten minder lang. Wil men slechts een gedeelte van den inhoud van het glas gebruiken, dan neemt men dat met een

schoonen lepel er uit, sluit het glas weer met een ring en deksel en verhit het 10 minuten tot 80 gr. C. Zoodra de sluiting weer goed is, kan men de rest weer bewaren zoo- lang men wil. Dit heeft men reeds eens 9 keer herhaald en de inhoud van het glas bleef steeds perfect.

Het bewaren der gevulde glazen.

De beste bewaarplaats is een droge, halfdonkere ruimte, slechts asperges en tuinboontjes, doperwtjes en frambozen moet men bepaald in 't donker bewaren. Men kan bij gebrek aan een donkere ruimte de glazen met blauw papier bedekken. Een *droge, goed geluchte* kelder zal om de gelijkmatige temperatuur die er heerscht, steeds de preferente bewaarplaats zijn. Het spreekt van zelf, dat *op den langen duur* de bewaarplaats van invloed zijn kan op den inhoud der glazen. Voor korteren tijd blijft alles, ook in de keuken of kamer, goed.

Onze ervaringen op het gebied van steriliseeren zijn 18 jaar oud. Een glas aspergeboonen 8 jaar bewaard, bleek volkomen goed geconserveerd te zijn. Een glas mirabellen, een glas kwetsen en een glas kersen werden 3 jaar lang voor het raam in een waranda bewaard in den zomer bij groote hitte, in den winter bij strenge koude. De gummiring had zich in dien tusschentijd zoo vast gezet op den glasrand, dat men voor de verwijdering een scherp mes gebruiken moest. De mirabellen en kersen waren nog prachtig van kleur en onveranderd van smaak. De kwetsen daarentegen waren bijna opgelost en minder van smaak. Dit is dus een bewijs dat men mirabellen en kersen overal bewaren kan, kwetsen daarentegen op eene plaats die minder aan licht en temperatuursverschil is blootgesteld.

Het is zeer aan te raden bij alle conserven de eerste 14 dagen na de sterilisatie dagelijks te voelen of de deksels nog vastzitten. Zit er een deksel los, dan wordt het glas dadelijk nog eens verhit. Bij verzuim hiervan, zou na eenige dagen de inhoud bedorven zijn.

Over het kleuren der levensmiddelen.

Waarom worden sommige conserven gekleurd om hun oorspronkelijke kleur te vertoonen? Het koopend publiek verlangt het, wordt er gezegd. Dit is een slechte gewoonte, die reeds veel kwaad berokkend heeft. Door de hitte gaat veelal die mooie groene kleur van de groenten en sommige vruchten verloren, ze worden lichter, geelachtig. Maar daaraan herkent ge dat ge onvervalschte waar voor u hebt. Verlang dus niets onmogelijks en wantrouw alle te fraai uitzierende conserven. Wat het oog mist, wint de smaak en niet het minst wint de gezondheid er bij.

Vruchten als voedingsmiddel.

Tot hiertoe werden vruchten veelal slechts als versnapering beschouwd. Steeds meer echter komt de voedingsleer tot de erkenning dat vruchten een uitnemend voedingsmiddel zijn. Zij bevatten de voornaamste voedingsstoffen in niet te groote concentratie en behooren daarom tot de lichtverteerbare stoffen. De hooge vruchtenprijzen, die men gedurende het grootste gedeelte van het jaar moet betalen, staan een ruim gebruik in den weg. Hieraan nu komt de methode-WECK te gemoet, doordat men thans van den goedkoopsten tijd van elke vruchtsoort gebruik kan maken om zijn inkoop te doen. De aanschaffingskosten voor een groot aantal glazen zijn dan wel hoog, maar behoeft slechts eens te geschieden en draagt ruime rente in gezondheid en levenskracht voor hen die er gebruik van maken. Moge een WECK-toestel in geen enkel huisgezin meer ontbreken.

Een staatje, aangevende de samenstelling onzer meest gebruikte vruchten, volgt hiernaast; men ziet daaruit dat vruchten ons alles kunnen verschaffen wat de mensch voor zijn voeding noodig heeft.

Voedingsmiddel.	Water.	Eiwit.	Suiker etc.	Zuur.	Asch (Voed- zout).
Aardbeien	87.66	0.54	6.28	0.93	0.81
Abrikozen	84.15	1.16	11.01	1.15	0.56
Appel	84.37	0.36	8.85	0.7	0.32
Banaan (pisang)	74.95	1.40	20.50	—	1.05
Beetwortel	81.34	1.24	15.15	—	0.99
Boschbes	81.85	0.77	5.29	1.37	0.71
Citroen	82.64	0.74	0.37	5.39	0.56
Druif	79.12	1.01	14.36	0.77	0.37
Framboos	85.12	0.40	5.33	1.48	0.32
Kersen	79.82	0.67	10.24	0.91	0.73
Koolraap	88.88	1.39	7.37	—	1.17
Meloen	91.50	0.84	6.35	—	0.52
Mispel	74.66	0.50	15.0	—	0.63
Peer	83.8	0.36	8.26	0.2	0.31
Perzik	82.96	0.93	9.28	0.72	0.58
Pruimen	78.6	1.01	14.71	0.77	0.49
Rode bessen	84.77	0.51	6.38	2.15	0.72
Rode biet	88.05	1.50	8.38	—	1.00
Sinaasappel	84.26	1.08	5.65	1.35	0.43
Tomaat	93.42	0.95	4.0	—	0.61
Witte knol	90.67	1.12	6.06	—	0.76
Witte peen	86.77	1.18	9.0	—	1.03

Aanbevelenswaardige soorten.

Augurken: Gladde, Russische, Groene Reuzenkomkommer-Amsterdamsche bak. **Asperges:** Brunswijker reuzen, Witte, of Sneeuwtop-reuzen, Roem van Brunswijk, **Bloemkool:** Vroege Italiaansche reuzen, late Ital. reuzen. **Erwten:** Lentedopper, Excelsior, Wonder van Amerika. **Klimboonen:** Verbeterde stok zonder draden. Enkele stok zonder draden. Stokboon met gele schoten. **Koolrapen:** Blauwe reuzen, witte Erfurters. **Roodekool:** Utrechtsche roodekool, Bloedroode. **Savoyekool:** Vroege gele, Groene des Vertus. **Spruitkool:** Brusselsche spruitjes. **Stamboonen:** Mont d'Or. Honderd voor één. Fransche witte Flageolet. Heinrichs Reuzen. **Tomaten:** Champignon, Koning Humbert, Mikado, Geissenheimer. **Tuinboonen:** Massagan. **Wittekool:** Ronde Maagdenburger, Plattewijkers, Kasseler spitse. **Wortelen:** Ronde Parijsche. Half lange zonder hart. Vroege roode deuvis.

INHOUDSOPGAAF.

Weck's inmaaktoestel	bldz. 3
Groenten. — Algemeene regelen en recepten	6
Paddestoelen	13
Vruchten. — Algemeene regelen en recepten	17
Vruchtensappen. — Algemeene regelen en recepten	21
Geleien	25
Marmelades	31
Mosten	36
Vleesch- en Vischspijzen. — Algemeene regelen	38
Het steriliseeren van melk	39
Eenige opmerkingen omtrent den tijd van het steriliseeren	40
Het reinigen en bewaren der voorwerpen	41
Het openen der glazen	41
Het bewaren der gevulde glazen	42
Over het kleuren van levensmiddelen	43
Vruchten als voedingsmiddel	43

