

Ramsen (Bärlauch) in Rapsoel konservieren

STAKU Permakultur, April 2020

Situation:

Ich wollte mal versuchen den "Pesto" nachzustellen. Aber ohne Nüsse. Nüsse leuchten mir nicht ein, wenn man Oel zur Verfügung hat, und weil geknackte und vermatschte Nüsse rasch ranzig werden können. Ich will es so einfach wie möglich machen, mit dem Ziel vielleicht bis in den Winter haltbar machen zu können.

Vorgehen:

Siehe auch folgende Photos

1. Bärlauch (Berndeutsch "Ramsen") Blätter im Wald an abgelegener Stelle gepflückt (Hunde!) und zwei mittlere Plastiksäcke damit prall gefüllt.
2. Daheim im Schüttstein gut gewaschen und im Salatschwinger ausgeschwungen.
3. In Schüssel etwas Rapsöl gegeben und eine Handvoll gewaschenen und geschwungenen Ramsen dazu und mit Stabmixer vermatscht. Portionenweise weiteren Ramsen dazu und Oel nachgiessen.
4. Am Schluss schauen, dass ca. die Hälfte des resultierenden Volumens an Pesto Oel ist. Ich hatte am Schluss in der Schüssel etwas mehr als 2 Liter, und dabei einen Liter Oel verbraucht.
5. Einen Esslöffel Salz dazu.
6. Alles fertig vermatscht bis ein sämiger Pesto entsteht. Entscheidend ist, dass keine Luftblasen oder luftige Hohlräume dabei sind.
7. Kalt in saubere Gläser mit Schraubverschluss gefüllt. Und zwar bis zum Rand gefüllt und sogar minim gewölbt. Ich will keine Luft in den Gläsern haben.

Überlegungen dazu:

Konservieren in Oel ist eine altbekannte Technik. Sauberes, gut gefiltertes Oel selbst ist lange haltbar (je nach Sorte). Der Effekt entsteht, weil erstens kein Sauerstoff rankommt und folglich alle aeroben Mikroorganismen schon mal keine Chance haben. Zweitens, die anaeroben Mikroorganismen (Hefen, Bakterien) auf dem frischen Bärlauch zwar sich sofort an die Zersetzung des Bärlauchs machen, aber sehr rasch ans Oel stossen und nicht weiterkommen. Aber meist genügt das bei wirklich nassem Lagergut nicht (Tomaten werden ja auch halb getrocknet eingelegt!). Also, statt trocknen, auch etwas Salz dazu. Salz hat denselben Effekt auf Mikroorganismen wie Trocknen: Wasserentzug, dh. das Wasser, das die Mikroorganismen brauchen ist ihnen entzogen, entweder durch trocknen, oder beim Salz weil das Salz Wassermoleküle an sich bindet und nur schwer dort wieder weggerissen werden können.

Test:

Ich habe einige Gläser füllen können und checke jetzt alle 2 Monate, ob der Inhalt noch geniessbar ist.

Erfahrungen bis jetzt:

Die Verarbeitung war recht einfach und billig. Folgende Verwendungen haben sich bislang bewährt:

- Kalt in heisses Bouillon einrühren. Ergibt eine grüne kräftige Gemüsesuppe. Das brauchen wir am häufigsten.
- Brotaufstrich (ohne Butter, wegen dem Oel)
- Klassisch zu Spaghetti
- Als Dip.

Macher:

Ueli Scheuermeier, Hostet Elfenau, Bern, uelischeuermeier@gmail.com

Wer stellt das nach? Wer macht sonst Erfahrungen damit? Bitte um Feedback und Austausch

Aufgeladen als STAKU (Stand der Kunst) auf dem „Lernsystem für das Können in der Permakultur in der Schweiz“ (Leköpersch). Wer ein Login braucht, um beim weiteren Erfahrungsaustausch bis zum nächsten STAKU zu Bärlauch mitmachen zu können, bitte melden bei diskussionen@permakultur.ch



Gewaschener Ramsen, Rapsoel, Salz, Stabmixer



Sämiger Brei, die Hälfte des Volumens ist Oel



Kalt einfüllen, ohne Lufteinschlüsse