

Zeitschrift: Die Berner Woche
Band: 36 (1946)
Heft: 32

Artikel: Immer wieder sind einige Steriliservorschläge willkommen!
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-647330>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 07.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Immer wieder sind einige Sterilisierungsvorschläge willkommen!

Auch in diesem Jahr beschenkt uns die Natur mit einem Reichtum an Früchten und Gemüsen aller Art. Leider fiel die Kirschenernte nicht so aus, wie wir es wünschten, aber es reichte doch, um einige Gläser als Wintervorrat anzulegen.

Dass das Dörren immer noch die sicherste, einfachste und billigste Art der Haltbarmachung von Früchten und Gemüsen ist, muss doch nochmals betont werden. Gerade wenn wir einen Garten besitzen und oft nur kleine Mengen ernten können, eignet sich das Trocknen ganz besonders. Vergessen wir vor allem auch unsere Heilpflanzen und Küchenkräutlein nicht. Der Winter ist wieder lang und wir sind über jedes gefüllte Baumwollsäcklein froh. Diese Säcklein müssen aber dichtgewoben sein. Wir hängen dieselben in einen Schrank und schütteln sie jede Woche etwas. Auch Büchsen sind zu empfehlen, doch müssen dieselben ganz gut ausgewaschen und getrocknet sein.

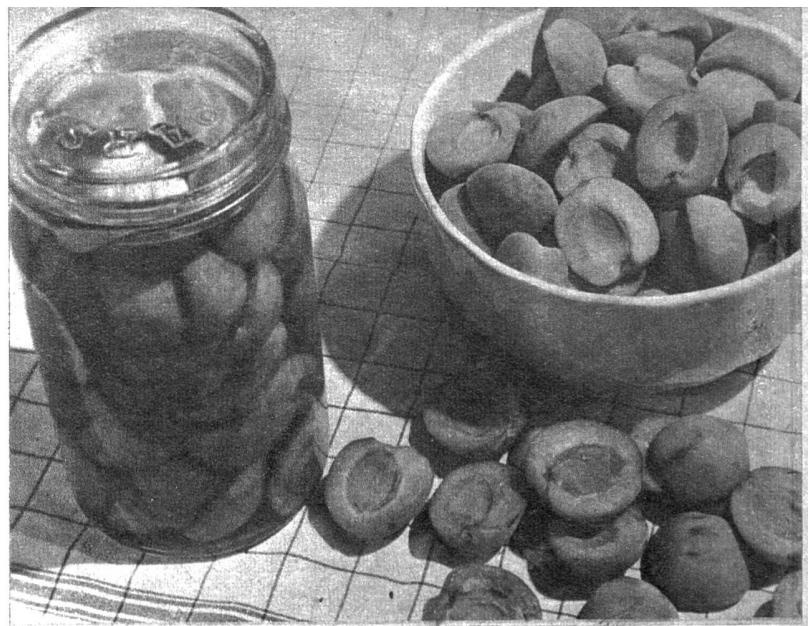
Nun wollen wir einige Re-

geln für das Sterilisieren von Gemüsen in Erinnerung rufen:

Das frische Gemüse soll jung, zart, sauber gewaschen und gerüstet sein. Müssen wir das Gemüse auf dem Markt einkaufen, dann tragen wir das Konservierungsgut in einem Korb und nicht in einem Netz nach Hause! Es sollte, wenn immer möglich innert 2 bis 3 Stunden sterilisiert sein.

Die Gläser müssen in Soda-wasser, nachher mit heissem Wasser ausgespült und umgekehrt auf ein Tuch gelegt werden. Nie mit einem Tuche ausreiben, da wir sonst gerne Bazillen auf das Glas reiben. Die Gummiringe sollen elastisch und geschmeidig sein; nur wenig beschädigte Ringe müssen ausgeschaltet werden. Die Bügel sollen spannkräftig sein. Die Gummiringe werden in heisses Wasser gelegt.

Einfüllen von Gemüse: Das zugerüstete Gemüse wird in nur kleinen Mengen in kochendes Salzwasser gegeben. 2-3



Wälle darüber gehen lassen. Herausheben, mit kaltem Wasser abschrecken. Auf einem sauberen Tuche ausgebreitet auskühlen lassen. In die Gläser füllen und bis zu $\frac{1}{4}$ mit erkaltetem Salzwasser füllen. Mit nassem Gummiring, Dekkel und Bügel verschliessen. Diese Art gilt fast für alle Gemüsearten, ausser Tomaten, Krautstiele und Zucchettis.

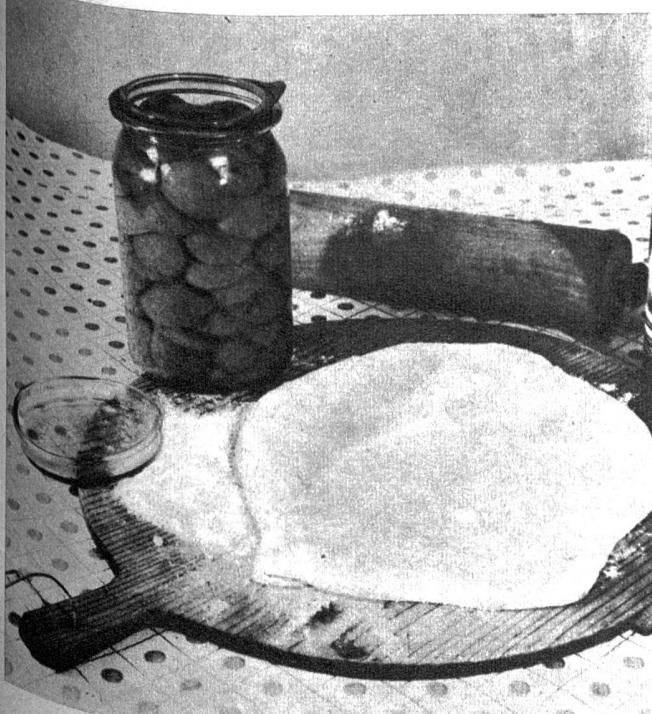
dann sind die Gläser sofort zu gebrauchen — oder zur Sicherheit der Gesundheit — und wenn es noch so weh tut — wegzuschütten. Auf jeden Fall darf Gemüsegut nie direkt aus den Gläsern zu Salat verwendet werden, sondern muss immer aufgekocht werden. **Keine Ausnahmen machen!**

Das Heisseinfüllen von Früchten ist wohl nicht nur die einfachste, sondern auch die beste Art, Früchte haltbar zu machen. Die Früchte sollen frisch geerntet und gesund sein. Die Gläser müssen wie oben angegeben, sauber und heiss sein. Man rechnet pro Liter-Glas 2 Esslöffel Zucker, lässt Wasser und Zucker aufkochen, gibt die Früchte in das sprudelnde Wasser, lässt 1-2 Wälle darübergehen und gibt die Früchte in das vorgewärmte Glas, das auf einem nassen Tuche steht. Den Zuckersirup nochmals aufkochen, über die Früchte gießen, dass das Wasser darüber steht und luftdicht abschliessen, was sehr gut mit «Sterilkon» geschieht. Die Gläser sind jedoch noch 8 Tage zu kontrollieren.

Bei Pfirsichen, Aprikosen, Zwetschgen sind einige Steine hinzuzufügen. Das Aroma der Früchte wird besser.

Doch können wir nicht nur Früchte, sondern auch Tomaten und Zucchettis auf diese Weise heiss einfüllen. Mit frischem Salzwasser auffüllen.

Denken Sie auch daran: Stachelbeeren, Krautstiele, Rhabarber können in Bierflaschen roh eingefüllt werden. Sie bleiben sehr gut.



Wie herrlich schmeckt im Winter ein Früchtekuchen mit konservierten Früchten