DIE KRAFT DER NATUR

Herstellungsanleitung

Vegane Kräuter- und Pflanzengele auf Agar-Agar-Basis

Husten & Hals · Natürliche Hausmittel

VORBEREITEN · AUFKOCHEN · TEMPERATURGEFÜHRT ERGÄNZEN · ABFÜLLEN

1. Das Grundprinzip

Die Basis der beschriebenen Kräuter- und Pflanzengele bildet Agar-Agar. Dieses pflanzliche Geliermittel wird aus Meeresalgen gewonnen und dient als vegane Alternative zu Gelatine.

Die einzelnen Zutaten werden entsprechend den Temperaturangaben des jeweiligen Einzelrezepts zugegeben. So wird berücksichtigt, dass unterschiedliche Zutaten unterschiedlich temperaturempfindlich sein können. Die konkreten Zugabe Temperaturen stehen direkt bei den jeweiligen Zutaten im Rezept.

Wichtig: Diese Anleitung beschreibt ein Herstellungsverfahren. Sie ersetzt keine Prüfung der Rezeptur, der mikrobiologischen Sicherheit oder der Haltbarkeit des fertigen Produkts.

2. Benötigte Arbeitsmittel

- Kochtopf mit ausreichend Fassungsvermögen
- Küchenwaage für genaue Mengenangaben
- Digitales Küchenthermometer oder Kernfühler
- Schneebesen oder geeigneter Rührlöffel
- Saubere Silikonformen oder andere geeignete Formen
- Hitzebeständige Arbeitsunterlage
- Saubere Behälter für vorbereitete Zutaten
- Saubere, geeignete Aufbewahrungsgefäße mit Deckel

Ein Thermometer ist unverzichtbar. Die Zutaten werden nicht alle bei derselben Temperatur hinzugegeben. Kontrolliere die Temperatur der Masse und halte dich an die Angaben im jeweiligen Rezept.

3. Schritt-für-Schritt-Herstellung

Schritt 1 – Vorbereitung

Wiege alle Zutaten entsprechend den Mengenangaben im Rezept ab und stelle sie getrennt bereit. Reinige Arbeitsfläche, Hände, Geräte und Formen sorgfältig. Lies vor Beginn alle Temperaturangaben durch.

Schritt 2 – Agar-Agar-Basis herstellen

Gib die im Rezept angegebene Flüssigkeitsmenge und das Agar-Agar in einen geeigneten Kochtopf. Verrühre die Mischung sorgfältig, damit sich das Geliermittel möglichst gleichmäßig verteilt.

Bringe die Mischung unter Rühren zum Kochen. Sobald sie kocht, wird sie eine volle Minute sprudelnd aufgekocht. Beachte dabei auch die Mengen- und Verarbeitungshinweise des verwendeten Agar-Agar-Produkts.

Schritt 3 – Zutaten temperaturabhängig hinzufügen

Nimm den Topf nach dem Aufkochen von der Wärmequelle und kontrolliere die Temperatur mit dem Thermometer. Füge die einzelnen Zutaten erst dann hinzu, wenn die im jeweiligen Rezept angegebene Temperatur erreicht ist.

- Temperatur vor jeder Zugabe kontrollieren.
- Zutaten in der im Rezept angegebenen Reihenfolge einarbeiten.
- Jede Zutat sorgfältig und gleichmäßig einrühren.
- Die Masse nicht unnötig lange stehen lassen.
- Die Masse im Blick behalten, da Agar-Agar beim Abkühlen geliert.

Verarbeite die Masse zügig, ohne die vorgegebenen Zugabe Temperaturen zu übergehen. Agar-Agar beginnt beim Abkühlen zu gelieren. Falls die Masse vorzeitig fest wird, nicht unkontrolliert erneut erhitzen; die weitere Vorgehensweise muss zur jeweiligen Rezeptur und den temperaturempfindlichen Zutaten passen.

Schritt 4 – In Formen abfüllen

Sobald alle Zutaten entsprechend der Rezeptvorgaben eingearbeitet sind, fülle die Masse in die vorbereiteten Formen. Als Ausgangsgröße eignen sich kleine Formen in Bonbongröße. Alternativ kannst du eine größere geeignete Form verwenden und die vollständig gelierte Masse später in gewünschte Stücke schneiden.

Achte auf eine gleichmäßige Verteilung und vermeide unnötige Lufteinschlüsse. Verwende hitzebeständige, für die Masse geeignete Formen.

Schritt 5 – Auskühlen und Festwerden

Lasse die abgefüllte Masse ungestört abkühlen und vollständig gelieren. Bewege die Formen währenddessen möglichst wenig. Löse die Gele erst aus den Formen, wenn sie vollständig fest geworden sind.

4. Lagerung und Haltbarkeit

Die fertigen Gele sollten dunkel, sauber und vor direkter Sonneneinstrahlung, Feuchtigkeit, Verunreinigungen und starken Temperaturschwankungen geschützt aufbewahrt werden. Verwende geeignete, saubere und gut verschlossene Behälter.

Lagerbedingung	Bisheriger Erfahrungswert	Einordnung
Kühlschrank oder kontrolliert kühler Lagerort bis max. 10 °C	Bis zu 3 Monate	Nicht validierter Erfahrungswert
Wärmere Lagerung bei 25–30 °C	Bis zu 3 Wochen	Nicht validierter Erfahrungswert; ohne Prüfung nicht als sichere Lagerdauer empfehlen

Wichtiger Haltbarkeitshinweis: Bei den genannten Zeiträumen handelt es sich ausschließlich um Erfahrungswerte. Sie stellen keine geprüfte oder garantierte Haltbarkeit und kein abgesichertes Mindesthaltbarkeitsdatum dar. Ein verbindliches MHD kann erst nach geeigneter Haltbarkeits- und mikrobiologischer Prüfung festgelegt werden. Bis dahin sollten die Produkte möglichst frisch hergestellt, gekühlt gelagert und zeitnah verbraucht werden. Eine Lagerung bei 25–30 °C ist ohne entsprechende Prüfung nicht als sichere Aufbewahrung zu empfehlen.

5. Anwendung

Die Gele sind entsprechend der jeweiligen Rezeptbeschreibung zu verwenden. Portionsgröße und Häufigkeit hängen von der vollständigen Zusammensetzung und den Eigenschaften sämtlicher Zutaten ab.

Es gibt keine pauschale Verzehrempfehlung für alle Rezepturen. Auch eine tägliche Menge von 200 g kann ohne Kenntnis und Prüfung der vollständigen Rezeptur nicht allgemein als unbedenklich empfohlen werden. Verwende deshalb ausschließlich die für das jeweilige Einzelrezept geprüften Anwendungshinweise.

6. Zutaten und Bezugsquellen

Geeignete Zutaten können – sofern Pflanzenart, Qualität und Eignung eindeutig bekannt sind – aus dem eigenen Garten stammen. Alternativ können Kräuter und pflanzliche Zutaten bei spezialisierten Anbietern bezogen werden.

Persönlicher Hinweis: Als mögliche Bezugsquelle empfehle ich unter anderem das Kräuterhaus Hamburg. Die Nutzung dieses Anbieters ist freiwillig. Es besteht keine Verpflichtung, Zutaten dort zu beziehen; andere geeignete Bezugsquellen oder der eigene Garten sind ebenfalls möglich.

Bei selbst gesammelten Pflanzen sind die sichere botanische Bestimmung, die Herkunft und mögliche Verunreinigungen sorgfältig zu prüfen. Verwende keine Pflanzen, deren Identität oder Eignung unklar ist.

7. Allergene und individuelle Unverträglichkeiten

- Prüfe vor Herstellung und Anwendung sämtliche Zutaten und deren mögliche Allergene.
- Berücksichtige bekannte Allergien und individuelle Unverträglichkeiten.
- Auch natürliche Zutaten können unerwünschte Reaktionen auslösen.
- Bei Unsicherheiten sollte vor der Anwendung ärztlicher oder pharmazeutischer Rat eingeholt werden.
- Bei Weitergabe oder Verkauf fertiger Produkte sind die jeweils geltenden lebensmittelrechtlichen Kennzeichnungsvorschriften zu beachten.

8. Besondere Hinweise für Kinder

Nicht jede pflanzliche Zutat ist für Kinder geeignet. Die Eignung muss für jede einzelne Rezeptur und das jeweilige Alter gesondert beurteilt werden. Eine allgemeine Freigabe für Kinder kann aus dieser Anleitung nicht abgeleitet werden.

Honig ist für Säuglinge unter 12 Monaten ungeeignet. Rezepturen mit Honig dürfen dieser Altersgruppe nicht gegeben werden.