



Grüne Tomaten *süß-sauer* eingelegt

Der Senfgurken-Zwilling · mit selbst gemischtem Sud

Grüne, unreife Tomaten am Saisonende — der ideale Senfgurken-Zwilling: fest, säuerlich, bewusst wenig süß. Der Trick ist die **Reihenfolge**: erst schneiden & salzen, *dann* ins Eiswasser.

DAS KNACKIG-PROTOKOLL

Vier Hebel für knackige Tomaten

Bei beiden Rezepten anwenden — das ist der eigentliche Schlüssel zur Knackigkeit.

- | | | | |
|--|--|---|---|
| 1
Schneiden & salzen
Spalten „speigeln“ (in Spalten schneiden) oder dicke Scheiben ~1,5 cm, dann salzen & 2–3 h im Sieb ziehen. Salz zieht Wasser nur an den Schnittflächen. | 2
Eiswasser ZULETZT
Nach dem Salzen abspülen, dann 30–60 Min ins Eiswasser . Die Kälte zuletzt zurrut die Zellwände fest. ⚠ Umgekehrt zu Gurken! | 3
Gerbstoffe + Kalzium
Junges Kirsch-/Krenblatt ins Glas — Tannine hemmen das Weichmach-Enzym <i>Pektinase</i> . Prise Einlege-Calcium (E509) festigt zusätzlich. | 4
Durchgrün & fest
Nur feste, komplett grüne Tomaten (walnuss- bis mittelgroß). Kerne dranlassen — geben Bindung, es rinnt nichts raus. Umschlagend/gelblich? → Samenfach ausschaben. |
|--|--|---|---|

Wie heiß soll der Sud sein?



Wähle nach Haltbarkeits-Wunsch — alle 3 Wege gehen.

Kalt = maximal knackig, 3–6 Mon., nur Kühlschrank. **Lauwarm** = Kompromiss, ~6 Mon. **Heiß** = längste Lagerung, 6–12 Mon., auch Keller. **Tomaten nie mitkochen** (zerfallen) — nur den Sud übergießen. Biss sichert das **Protokoll oben**.

AUFGUSS	WIE KNACKIG?	HÄLT	WO LAGERN?
Kalt (gar nicht erhitzt · Essig NIE erhitzen)	■■■■ Sehr knackig	3–6 Monate	nur Kühlschrank
Lauwarm (~50–60 °C · Zucker/Salz auflösen, dann abkühlen)	■■■■ Knackig	~6 Monate	nur Kühlschrank
Heiß (~90 °C · nur übergießen, nicht mitkochen) EMPFOHLEN	■■■■ Bissfest	6–12 Monate	Keller, kühl & dunkel
Einkochen (mitgekocht — Tomaten zerfallen!)	■■■■ Wird weich	12+ Monate	Zimmer/Keller

WEG	SUD ZUBEREITEN	NACH DEM VERSCHLIESSEN
Heiß	Sud aufkochen, 3–5 Min köcheln, heiß über die rohen Tomaten gießen (Tomaten NICHT mitkochen).	5–10 Min kopfüber , dann 24 h aufrecht → Keller.
Lauwarm	Wasser + Zucker + Salz auf ~55 °C, vom Herd, Essig kalt zugeben , abkühlen, übergießen.	Sofort Kühlschrank, aufrecht.
Kalt	Zucker + Salz lauwarm lösen, abkühlen, mit Essig + Gewürzen verrühren. Essig NIE erhitzen — verliert Säure.	Sofort Kühlschrank, aufrecht.

🔒 **Sicherheit:** Essig ≥ 5 % · ~1:1 Essig:Wasser · sterile Gläser · sauberes Besteck. Kalt/lauwarm = nur Kühlschrank, Keller = heiß aufgießen. **Sud + Glas ähnliche Temperatur.** 🍅 Grüne Tomaten enthalten **Tomatin** (leicht bitter) — beim Einlegen abgebaut, normale Mengen unbedenklich; **roh nicht in großen Mengen.**



Grüne Tomaten *süß-sauer*

PRO GLAS À 700 ML · WECK-GRÖSSEN UNTEN SKALIERT

GEMÜSE

Feste, durchgrüne Tomaten (walnuss- bis mittelgroß)	400 g
Salz zum Vorsalzen	4 g
Zwiebel klein, in Ringen	1 St. · ~50 g
Knoblauchzehe	1 St.

SUD

Weißweinessig (≥ 5 %)	150 ml
Wasser (hart/kalkhaltig)	150 ml
Zucker	30 g
Senfkörner gelb	1 TL
Senfsaat schwarz	½ TL
Koriandersamen · Dill (optional)	½ TL · 1 Krone
Lorbeerblatt	1 St.
Pfefferkörner · Salz	¼ TL · ½ TL

KNACKIG-KIT

Junges Blatt (Wein/Kirsche/Eiche/Johannisbeere) oder Kren	1 St. / ~5 g
--	--------------

Einlege-Calcium (optional)	1 Prise
----------------------------	---------

ANDERE GLASGRÖSSE?

ZUTAT	580 ML	700 ML	750 ML
Tomaten	330 g	400 g	430 g
Essig	125 ml	150 ml	160 ml
Wasser	125 ml	150 ml	160 ml
Zucker	25 g	30 g	32 g

SO GEHT'S — DIE REIHENFOLGE ZÄHLT

1. **Schneiden:** in Spalten „speigeln“ (Innviertlerisch fürs In-Spalten-Schneiden) oder dicke Scheiben, ~1,5 cm (kleine halbieren/vierteln, nie dünner als 1 cm). Kerne dranlassen.
2. **Salzen** im Sieb, 2–3 h, dann **abspülen**. **DANN Eiswasser 30–60 Min** → festigt die Zellwände, gut abtropfen. (*Erst salzen, DANN Eiswasser!*)
3. Mit Zwiebel, Knoblauch, Blatt/Kren (+ Calcium) ins sterile Glas.
4. Sud zubereiten & übergießen — **Verschließen:** siehe Wissens-Seite. Glas- und Sud-Temperatur ähnlich.
5. Durchziehen: Spalten ~4 Wochen · ganz/halbiert 6–8 Wochen.

💡 **Reihenfolge:** anders als bei Gurken kommt das **Eiswasser ZULETZT** — die Kälte ist der Festmach-Schritt. 🍅 **Kerne dranlassen** — das Samenfach ist fest, es rinnt nichts raus. **Zucker bewusst bei 30 g:** Tomaten sind eh saurer, bleibt fein säuerlich.

Grüne Tomaten *pikant*

PRO GLAS À 700 ML · SCHÄRFER, WENIGER SÜSS

GEMÜSE

Feste, durchgrüne Tomaten (Spalten ~1,5 cm)	400 g
Salz zum Vorsalzen	4 g
Zwiebel, in Ringen	1 St. · ~50 g
Knoblauchzehen	2 St.
Chili/Pfefferoni frisch, aufgeschlitzt	1 St.

SUD

Weißwein- oder Apfelessig (≥ 5 %)	150 ml
Wasser (hart/kalkhaltig)	150 ml
Zucker	25 g
Senfkörner gelb	1½ TL
Kümmel (optional)	¼ TL
Lorbeerblatt	1 St.
Pfefferkörner · Salz	½ TL · ½ TL

KNACKIG-KIT

Junges Blatt (Wein/Kirsche/Eiche/Johannisbeere) oder Kren	1 St. / ~5 g
--	--------------

Einlege-Calcium (optional)	1 Prise
----------------------------	---------

ANDERE GLASGRÖSSE?

ZUTAT	580 ML	700 ML	750 ML
Tomaten	330 g	400 g	430 g
Essig	125 ml	150 ml	160 ml
Wasser	125 ml	150 ml	160 ml
Zucker	20 g	25 g	27 g

SO GEHT'S — GLEICHE REIHENFOLGE

1. **Schneiden:** Spalten („speigeln“) oder dicke Scheiben ~1,5 cm. Chili längs aufschlitzen (Handschuhe!). Kerne dranlassen.
2. **Salzen** 2–3 h im Sieb, **abspülen**. **DANN Eiswasser 30–60 Min**, gut abtropfen.
3. Mit Zwiebel, Knoblauch, Chili, Blatt/Kren (+ Calcium) ins sterile Glas.
4. Sud zubereiten & übergießen — **siehe Wissens-Seite**. Glas- und Sud-Temperatur ähnlich.
5. Durchziehen: ~4 Wochen. Schärfe zieht mit der Zeit stärker durch.

🌶️ **Pikant-Variante:** weniger Zucker (25 g), mehr Senfkörner + eine aufgeschlitzte Chili = herzhafte-scharf statt süß. **Kümmel** gibt eine deftige Note (weglassbar). Sonst identisch zur süß-sauren Reihenfolge. 🌿 **Baumblatt/Kren** hält alles knackig.



Batch: je 5 Gläser à 700 ml — süß-sauer + pikant. Rezepte **pro Glas** — × Anzahl skalieren.

 **Omis Tipp:** nur feste, durchgehend grüne Tomaten nehmen — schon gelblich umschlagende trüben den Sud.

Gemüse & Frisches

- ☐ Feste grüne Tomaten 4 kg
durchgrün, walnuss- bis mittelgroß · für 10 Gläser × 400 g
- ☐ Zwiebeln klein 10 St.
1 pro Glas × 10
- ☐ Knoblauchzehen 15 St.
1 (süß-sauer) bis 2 (pikant) pro Glas
- ☐ Chili/Pfefferoni frisch 5 St.
nur pikante Variante · 1 pro Glas × 5

Sud & Gewürze

- ☐ Weißwein- oder Apfelessig (≥ 5 %) ~1,6 L
*naturvergoren · z. B. Kotányi · Hengstenberg · Spar Natur*pur · nicht Balsamico, nicht „Einlegeaufguss“ (schon gewürzt)*
- ☐ Zucker ~280 g
- ☐ Salz (Einlege- oder Steinsalz) ~90 g
Vorsalzen + beide Sude
- ☐ Senfkörner gelb 4 EL
- ☐ Senfsaat schwarz 1 EL
süß-sauer · schärfer als gelbe
- ☐ Koriandersamen 3 TL
süß-sauer
- ☐ Dill frisch oder Dillsamen 1 Bund / 3 TL
süß-sauer, optional
- ☐ Kümmel 1 TL
pikant, optional
- ☐ Lorbeerblätter 10 St.
- ☐ Pfefferkörner 2 EL

Knackig-Kit (das Entscheidende)

- ☐ Junges Blatt 10 St. / ~50 g
*(Wein/Kirsche/Eiche/Schwarze Johannisbeere) oder Kren-Stück
1 pro Glas × 10 Gläser · frisch & jung — Tannine hemmen Pektinase*
- ☐ Einlege-Calcium (E509) 1 Pkg.
Apotheke oder Braumarkt · optional
- ☐ Hartes/kalkhaltiges Wasser ~1,6 L
meist Leitung — kein Kauf nötig
- ☐ Sieb + große Schüssel 1 St.
Salzen (2–3 h) & Eiswasser (30–60 Min)

Gläser & Werkzeug

- ☐ Einweckgläser à 700 ml 10 St.
für beide Rezepte · auch 580 oder 750 ml möglich, Mengen siehe Rezept-Tabelle
- ☐ Scharfes Messer 1 St.
Spalten/Scheiben ~1,5 cm schneiden
- ☐ Einweg-Handschuhe 1 Paar
bei der pikanten Chili-Variante
- ☐ Trichter mit weiter Öffnung 1 St.
für heißen Sud, optional
- ☐ Sauberes Geschirrtuch 1 St.
Rand vor Verschluss abwischen