

## Quitten Glutenfrei

## Quitten Steckbrief

### AAA Steckbrief

Quitte, der Liebesapfel, der eher eine Birne ist. In Wirklichkeit ist weder dieses noch jenes. Roh essen kann man die kaukasische Frucht hierzulande nicht. Man verwendet sie für köstliche Gelees, Kompotte, Beilage zum Fleisch (in Österreich), Kuchen und Weihnachtskonfekt.

Vita-Info: Was am meisten interessiert, ist der hohe Pektingehalt der Früchte. Sie sind gut zum Gellieren. In geringen Mengen: Vitamin C, Eisen und Phosphor.

Quitten sind roh nicht verzehrbar. Dank ihres hohen Pektingehaltes eignen sie sich bestens zum Einkochen und sind somit ideales Obst

zusammen gestellt Mittwoch, 23. März 2011

[www.hans-joachim60.de](http://www.hans-joachim60.de)

### Inhaltsverzeichnis

Quitten Glutenfrei .....	1
Quitten Steckbrief .....	1
AAA Steckbrief.....	1
Inhaltsverzeichnis aktiv.....	1
Quitten.....	2
Quitten ( Bärchen ) F .....	2
Quittenkuchen 3 Ei.....	3
Quittenkuchen F Vegan .....	4

## Quitten

### Quitten ( Bärchen ) F

nicht für Kinder  
glutenfrei + Eifrei u Milchfrei

1 Fettpfanne mit Backpapier



Zutaten für 1 Portionen

100 Blatt Gelatine, 7 x 23 cm oder

17 Tüte/n Gelatine, gemahlene, á 9 g

700 ml Quittensaft oder anderen

5 El Obstwasser (Apfel u Birnen)

400 g Zucker

1 Prise Salz

### Zubereitung

Blattgelatine in kaltem Wasser ca. 10 min einweichen. + dann ausdrücken.

oder gem. Gelatine in 750 ml Wasser einrühren + ausquellen lassen.

Beide Arten im Wasserbad unter ständigen rühren, auflösen,

In den Quittensaft, 5 El Obstler, Zucker und Salz verrühren,  
einige El Saft in den lauen Gelatine einrühren, nach und nach den Rest  
des Saftes in die Gelatine einrühren,  
in eine mit Backpapier ausgefüllte Fettpfanne gießen und fest werden lassen.

Längs + quer schneiden oder nach Bedarf.

Eigenes Rezept Mittwoch, 27. Oktober 2010 Hans

## Quittenkuchen 3 Ei

aus dem Berngebiet

Glutenfrei

### Mürbeteig

500 g Mehl ( 400 g Buchweizen + 50 g Reis + 50 g Soja )  
250 g Butter  
150 g Zucker

3 Ei ( 4 Ei )

### Füllung

1 kg Quitten ( 1,5 kg )  
250 g Zucker (Vollrohrzucker )  
2 EL ; Wasser+ mehr  
100 g Mandeln; gerieben (200 g gemahlen )  
1 Handvoll Rosinen  
Zum Bestreichen

1 Eigelb

### Zubereitung:

Mehl und Zucker mischen, die Butter dazureiben und das Ganze schnell mit den Eiern verkneten. Eine halbe Stunde ruhen lassen.

Die Quitten schälen und in deckend Wasser weich kochen. Dann die Früchte vierteln, entkernen und im mit dem Wasser aufgekochten Zucker verrühren. Die Mandeln und die Rosinen darunter mischen. Wenn nötig noch etwas Zucker dazugeben.

( Quitten entkernen , mit Küchenmaschine fein reiben, mit Wasser , nach Gefühl ,aufgefüllt, weich gekocht, Quitten in ein Sieb , Flüssigkeit bisschen ablaufen lassen, auffangen, (war ne Tasse voll, viele Nährstoffe drin, getrunken )

Inzwischen , Mandeln gemahlen, mit Zucker + Rosinen vermischt, die etwas abgekühlte Quittenmasse unter gemischt.)

Die leicht erkaltete Masse auf den mit Teig belegten Kuchenblech ausstreichen, mit Teigstreifen nach Belieben ein Gitter darüber legen und mit Ei-gelb bestreichen. 40 Minuten bei 200 Grad backen.

Ca 60 min bei 170 ° Umluft gebacken

Montag, 3. November 2003

## Quittenkuchen F Vegan

Glutenfrei u Eifrei u Milchfrei u Vegan

### 26 cm Ringform mit Backpapier



1250 ml Quittensaft ca  
450 g Fruchtfleisch passiert, ca  
50 g laktosefreie Margarine  
200 g s Mandeln gem  
10 bittere Mandeln mit gem  
1 Prise Salz  
450 g Naturreis gem  
2 Kardamom mit gem  
1 Piment mit gem  
250 g Zucker oder mehr

die Zutaten der Reihe nach in eine Rührschüssel geben, gut verrühren lassen, abschmecken, ob süß genug, mir reichten die 250 g, nun diese Masse in eine 26 cm mit Backpapier ausgefüllte Ringform gießen,  
In den kalten Backofen bei ca 150°C Heißluft ca 80 min backen, in 2. Schiene,

ca 20 min im geöffneten Backofen lassen, dann auf einen kleinen umgedrehten Kochtopf stellen, der Ring löst sich mit der Zeit, gleitet runter, Backpapier erst nach dem völligen Erkalten, entfernen.  
Eigenes Rezept

Die Säure des Quittenfleisch kommt gut hervor,

eigenes Rezept, Samstag, 24. Oktober 2009 Hans60