Rezeptrechner

Pektingehalt von Früchten

Tabelle: Pektin in % vom Frischgewicht und Gelierfähigkeit in der Praxis

Frucht	Pektin (g pro 100 g)	Gelierfähigkeit
Schwarze Johannisbeere	ca. 1,7	hoch
Quitte	ca. 0,5–1,2	hoch
Apfel (säuerliche Sorten)	ca. 0,9–1,5	hoch
Rote Johannisbeere	ca. 0,9	hoch
Zitrusfrüchte (Orange, Zitrone)	ca. 0,5–3,5	hoch
Stachelbeere (unreif: hoch)	ca. 0,6	mittel
Aprikose	ca. 1,0–1,3	mittel
Zwetschge / Pflaume	ca. 0,7	mittel
Himbeere	ca. 0,4	mittel
Brombeere	ca. 0,5	mittel
Erdbeere	ca. 0,8	niedrig
Birne	ca. 0,5	niedrig
Süßkirsche	ca. 0,4	niedrig
Pfirsich	ca. 0,4	niedrig
Holunderbeere	ca. 0,3	niedrig

Pektin (g pro 100 g) = Messwerte aus der Literatur, bezogen auf das Frischgewicht. Sie schwanken je nach Sorte, Reife und Messmethode stark; die Angaben sind Richtwerte.

Gelierfähigkeit = Erfahrungswert aus der Marmeladenherstellung. Sie hängt nicht nur vom Pektingehalt ab, sondern auch von Säure und Reife. Unreife Früchte, Schale und Kerngehäuse enthalten mehr Pektin. Früchte mit niedriger Gelierfähigkeit mit pektinreichen Früchten mischen oder Gelierzucker bzw. Pektin zugeben.

Quellen: G. Innerhofer: Das große Buch der Obstverarbeitung (avBUCH); Römpp Lexikon Chemie, Eintrag „Pektine“ (Thieme). Stand 11/2026.

Nährwerttabelle und Etikett für deine Marmelade

Mit der Rezeptrechner Software berechnest du die Nährwerte pro 100 g deiner Marmelade, kalkulierst Preise und erstellst Etiketten mit Zutatenliste. Den Einkochverlust gibst du als Reduktionsfaktor an.

QR-Code scannen und kostenlos ausprobieren