

Senf selber machen

Die komplette Schritt-Für-Schritt Anleitung

(Quelle: <https://charcuteria.de/wissen/senf-selber-machen/>)

Senf ist Allrounder in der Küche. Man kann ihn für Salatdressings, Soßen, Marinaden und vieles mehr einsetzen.

Warum ihn nicht einfach kaufen?

Ganz klar, selbstgemachter Senf **geht schnell, ist aromatischer und schmeckt einfach geil!**

Vorab noch zwei Kurz Infos:

Die **Zubereitung** dauert **ca. 15-20 Minuten** und die **Ruhezeit** beträgt zwischen **8 und 24h**.

Bevor man einen Senf selber macht, muss man sich fragen, ob er eher mild oder scharf werden soll.

Je nachdem musst du die Wahl deiner Senfkörner beachten. Dazu gibt es aber auch noch später mehr, unten bei den Tipps & Tricks.

Inhalt:

- Senf selber machen – Das brauchst man an Zutaten und Material
- Senf selber machen – Schritt-Für-Schritt Anleitung
- Wie lange ist der Senf haltbar?
- Tipps & Tricks für die Senf Herstellung
- Senf selber machen – Variationen & Abwandlungen
- 3 ausgefallene Senf Rezepte als als Bonus
 - Der Grobe für Zwischendurch
 - Draculas Erzfeind Senf
 - Quitsch Quatsch Traubenmatschsenf



Das brauchst du an Zutaten und Material

Für 600g feinen Senf benötigst du folgende Zutaten:

- 200g gelbe Senfkörner oder 200g gelbes Senfmehl
- 300ml trockener Weißwein oder Wasser
- 100ml Essig, weiß
- 2 EL Honig
- 2 EL Meersalz
- 2 EL Olivenöl

Als Ausstattung brauchst du dafür:

- **Gewürzmühle/ Mörser:** Bei einer Gewürzmühle werden die Gewürze gemahlen während bei dem Mörser die Gewürze zerstoßen oder zerrieben werden. Mit der Gewürzmühle wirst du den Senf feiner bekommen als mit einem Mörser. Dabei ist es egal, ob diese automatisch oder manuell funktioniert
- **Food Processor oder Stabmixer:** Hier gibt es keinen Unterschied beide Geräte führen zur selben Konsistenz.
- **Gläser mit Deckel deiner Wahl:** Der Deckel ist wichtig, damit du deinen Senf verschließen kannst
- **Sieb (nach Bedarf):** Das Sieb hilft dir dein Senfmehl noch feiner zu bekommen
- **Messbecher & Küchenwaage**
- **Schüssel zum Fermentieren**

Schritt-Für-Schritt Anleitung

1. Man gebe die **Senfkörner** in die Gewürzmühle oder in den Mörser und mahle sie ganz fein. **Aufpassen, dass die Mühle nicht zu heiß wird!** Um das zu unterbinden, empfiehlt es sich immer nur zu pulsieren und dann eine kurze Pause zu machen. Wenn die Körner beim Mahlen zu heiß werden, kann der Senf danach bitter schmecken. Falls das Senfmehl noch nicht fein genug ist, kannst man das Mehl im Anschluss noch sieben oder mehrere Mahlvorgänge durchführen.



2. *Senfmehl, Weißwein, Essig, Olivenöl, Honig* und *Salz* in den Food Processor schütten.



3. **Püriere die Masse. Wichtig auch hierbei ist pulsierend zu mixen!**



4. Der letzte Schritt ist nun, warten, warten, warten... **mindestens 8 Stunden**.
Die Masse offen stehen lassen, aber alle paar Stunden **rühren**
Dadurch förderst du die Fermentation und die Oxidation.

Hinweis dazu: Bei der Fermentation wird der Senf bei Raumtemperatur in einer Schüssel 8 – 24 Stunden offen stehen gelassen und gelegentlich umgerührt.
So entwickelt sich die Schärfe des Senfes. Allerdings kann sich die Schärfe durch das Reifen noch entschärfen kann. **TIP: VIEL PROBIEREN!**



5. Nun hast du es geschafft! Fülle nun deinen Senf in verschließbare Gläser und lasse ihn mindestens 2 bis 4 Wochen ruhen. Dann hat der Senf seinen Geschmack ausgebildet und fertig ist dein feiner Senf.

Wie lange ist der Senf haltbar?

Wenn du deinen selbstgemachten Senf gut verschlossen, kühl und dunkel gelagert hast, kannst du ihn problemlos bis zu 4 Wochen aufheben.

Tipps & Tricks für die Senf Herstellung

- Gelbe Senfkörner sind milder. Je dunklere man zum Senf selber machen nimmst, desto schärfer wird der Senf.
- Willst man groben Senf, ist die Empfehlung die Senfkörner gröber (*oder gar nicht*) zu mahlen.
- Lass die Senfkörner beim Mahlen nicht zu heiß werden, sonst wird das Aroma weniger und der Senf kann bitter schmecken .
- Je länger man dem Senf Zeit für Fermentation und Oxidation gibst, desto mehr entwickelt sich die Schärfe. Am besten ist es, den Senf über Nacht stehenzulassen.
- Ist der Senf nach dem Pürieren immer noch zu grob? Dann siebe oder püriere die Masse mit dem Stabmixer noch einmal.
- Der Senf eignet sich auch super als Mitbringsel oder Geschenk.
- Werde kreativ. Das Basisrezept kann man je nach Lust und Laune anpassen (*siehe nächster Absatz!*)

Variationen & Abwandlungen

- Wenn man Kräuter mit dabei haben will, eignet sich z.B. Thymian, Dill, Estragon, Basilikum oder saisonales wie Bärlauch
- Für einen Schärfe Kick eignet sich, eine frische Chili oder Chiliflocken
- Variiere den Essig: willst man z.B. einen Apfelsenf herstellen eignet sich Apfelessig als super Variante. Ebenso kann Reisessig dem Senf einen ganz besonderen Kick verleihen
- Spannende Varianten können nur durch Ausprobieren entstehen, deshalb: ***Mut zum Experimentieren!***

3 ausgefallene Senf Rezepte als Bonus

Der Grobe für Zwischendurch

- 200g Senfkörner
- 200ml Essig, weiß
- 100ml Weißwein, trocken
- 1 Zwiebel oder 2 Schalotten, geputzt und klein gehackt
- 2 EL Olivenöl
- 2 EL Meersalz
- 2 EL Honig

Die Senfkörner portionsweise mahlen und mit den restlichen Zutaten mischen. Danach mit einem Stabmixer durch Mixen, bis die Konsistenz breiig ist.

Mehrere Stunden offen stehen lassen, immer mal wieder durchrühren, dies fördert die Fermentation und die Oxidation des Senfes.

In die vorbereiteten Gläser füllen und mind. 3 Wochen geschlossen durchziehen lassen.

Draculas Erzfeind Senf

- 100 g gelber Senf
- 100 g brauner Senf
- 10 Pimentkörner
- 2 TL Salatkräuter

Die Zutaten in deiner Mühle oder Mörser portionsweise möglichst fein mahlen. Danach folgende Zutaten zugeben und zu einer homogenen Masse vermengen.

- 300 ml Weinessig
- 100 ml Weißwein
- 1/2 TL Chilipulver
- 2 TL Knoblauchpaste gut gehäuft
- 100 g Zucker
- 4 TL Salz
- 2 TL Kurkuma
-

Mit dem Zauberstab untermischen bis breiig.

Im Wasserbad leicht erwärmen und offen über Nacht stehen lassen, Oxidation und Fermentation entwickelt die Schärfe.

Evtl. noch mal mit dem Zauberstab pürieren, abfüllen fertig.

Quitsch Quatsch Traubenmatschsenf

- Basisrezept
- ca. 600g rote Trauben

Hierfür nimmst du rote Trauben, wäscht und entkernst sie.

Dann zerdrücken und den Matsch 24 Stunden offen ruhen lassen.

Durch die Ruhe gehen die roten Farbstoffe aus der Schale und dem Fruchtfleisch in den Saft über.

Dann durch ein Haarsieb passieren und auf 300 ml einkochen.

Zubereitet wird der Senf wie im Basisrezept. Die 300ml Trauben ersetzen den Weißwein.