# Pompoenjam

## Samenvatting


**Sectoren**
groene vingers
**Trefwoorden**
teelten
proeftuin
pompoen


In deze les gaan we zelf pompoenjam maken!

Vruchtenjam is vaak zomers van smaak. Lekker, maar in de herfst en winter kun je ook deze fantastische pompoenjam maken van pompoen uit de moestuin. Fris, kruidig en boordevol vitamine C. Kortom een échte najaarsjam met gezonde pompoen en superleuk voor Halloween!

"*De indianen van Midden- en Zuid-Amerika verbouwden al 7000 jaar voor Christus pompoenen. Pas in de 16de eeuw kwam deze groente naar Europa. Vandaag zijn er duizenden rassen*." (Wim Lybaert in 'Mijn moestuin')

Pompoensoep heeft intussen reeds de harten van veel kinderen kunnen overwinnen. Maar hoe maken we nu die overheerlijke pompoenjam ?

## Doelstellingen

## Materiaal

Materialen voor 10 potten pompoenjam

- 2 kg pompoen (schoongemaakt en in blokjes)
- 1 liter sinaasappelsap (vers of pak)
- 800 g geleisuiker speciaal (2,5 op 1)
- halve theelepel gemalen kardemom

## Lesverloop

### Stappen

1. Maak de pompoen schoon. Snijd de pompoen eerst in parten. Verwijder de binnenkant met de pitten. Leg de parten met de zijkant op de snijplank en snijd dan de schil eraf. Dat gaat het makkelijkste als je de bolling van de pompoen volgt. Zo werk je veilig en kan je eigenlijk nooit in de vingers snijden.

Werk bij voorkeur met een kartelmes als de schil van de pompoen verwijderd wordt. Snij de pompoenstukken voldoende klein.




2. Doe de pompoen, de sinaasappelsap en de kardemom in een grote pan. Kook het pompoenvruchtvlees gaar in het sinaasappelsap. Dat duurt ongeveer 10 minuten. Pureer (of stamp) het pompoenvruchtvlees fijn.




3. Voeg tot slot de suiker toe. Gebruik geleisuiker speciaal in een verhouding van 1:2,5 (of 1:2). Dat betekent 1 kg suiker op 2,5 kg vruchten (of 2 kg vruchten), of in dit geval pompoen. Kook de jam al roerende ongeveer 1 minuut door. Let erop dat het niet over de pan gaat schuimen. Erbij blijven dus.

4. Kook depotten van te voren uit met een beetje soda. Zo zorg je ervoor dat de potten helemaal schoon zijn en de jam goed bewaard blijft.
Giet de jam in schone potten en sluit af met een deksel. Laat ze 5 minuten op hun kop staan en draai ze daarna om. Laat de potten rustig afkoelen.




5. Als je het goed gedaan hebt dan hoor je bij elke pot (na ongeveer een half uur) PLOP! Dat is het teken dat de pot goed dicht zit en klaar is om bewaard te worden.



6. Als je klaar bent dan lijkt het net of je potten met vloeibaar goud in de kast hebt staan. Schitterend toch? Nog even een label erop en klaar is kees.

### Onderzoekend leren: om bij na te denken…

**Hoe kunnen we weten hoeveel jampotten we met onze voorraad pompoenen kunnen vullen ?**

Laat de kinderen zelf nadenken hoeveel potten jam er met de voorraad pompoenen gevuld kunnen worden. Hierbij moet er natuurlijk rekening gehouden worden met het gewicht van de suiker en de voorradige jampotten.

Interessant rekenonderwijs ligt ook voor het rapen bij het werken met verhoudingen (suiker vs. pompoen) en inkoopprijs-verkoopprijs-winst (want bij de verkoop mogen we toch wel van winst uitgaan…). En kunnen we dan ook onze werkuren recupereren ?

## Extra info

### Jampot op de kop

Als je de jampot omdraait, gaat de zuurstof naar boven. In dit geval gaat de zuurstof naar de bodem, omdat de jampot op zijn kop staat. Daardoor zit er alleen zuurstof aan de zijde waar deze niet kan ontsnappen en tevens in het heetste gedeelte van de jampot (= glaszijde). Alle eventueel nog in de zuurstof aanwezige bacteriën gaan zo dood. Door het afkoelen (als je de pot weer omgedraaid hebt) krimpt de zuurstof en trekt de jampot vacuüm. Je kunt dit zien doordat het deksel tijdens het afkoelen indeukt.

Bron : http://www.vraaghetaanjeroenmeus.be/vraag/840/waarom-moet-een-confituurpot-op-zijn-kop-gezet-worden-voor-het-afsluiten