REZEPT FÜR KAROTTEN-APRIKOSEN-KONFITÜRE

KAROTTEN-APRIKOSEN-KONFITÜRE

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

für 8 Gläser à ca. 200 ml | 40 Min. | plus Zeit zum Durchziehen und Abkühlen

Zutaten

- ca. 900 g Möhren
- ca. 800 g Aprikosen
- 500 g SweetFamily Bio-Gelierzucker 3:1
- Saft von 1 ½ Zitronen
- 5-6 Stiele Zitronenthymian (oder 4 Stiele Zitronenmelisse)

5579

ZUBEREITUNG

161	1	38	0
Kcal	Gramm	Gramm	Gramm
Pro 100 ml	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett

1. Möhren putzen, schälen, 750 g abwiegen und fein reiben. Aprikosen waschen, abtropfen lassen, halbieren, entkernen. 750 g Fruchtfleisch abwiegen und klein würfeln. Mit Möhrenraspeln, Gelierzucker und Zitronensaft in einem hohen Topf verrühren. Zugedeckt ca. 3 Stunden durchziehen lassen.

2. Thymian waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen. Zubereitung unter gelegentlichem Rühren zum Kochen bringen. 4 Minuten sprudelnd kochen lassen und dabei weiter rühren, damit die Zubereitung nicht ansetzt. Zum Ende Thymian unterrühren und eine Gelierprobe machen.

3. Heiße Konfitüre sofort in saubere, heiß ausgespülte Gläser füllen. Gläser verschließen und abkühlen lassen.

Tipps: Wer statt Thymian Zitronenmelisse zum Abrunden verwendet, schneidet diese vor dem Zufügen in Streifen.

Die Aprikosen können ganz oder teilweise durch Pfirsiche ersetzt werden.