



Ebereschen-Marmelade

Kategorie: Frühstücksaufstrich

Schwierigkeitsgrad: einfach

Zubereitungszeit: 30 min



Zutaten

Anzahl Portionen: 9

Maß	Einheit	Zutat
1,2	kg	Ebereschen
600	ml	Apfelsaft (Direktsaft)
2	Pkg.	Gelierzucker 3:1

Nährwerte (pro Glas)

Bestandteil	Menge	Einheit
Energie	388	kcal
Fett	3	g
Eiweiß	2	g
Kohlenhydrate	90	g
Ballaststoffe	8	g

Küchengerät

- großer Kochtopf, Pürierstab, 9 Schraubgläser á 200 ml

Zubereitung

1. Ebereschen nach dem Pflücken waschen, von den Stielen zupfen und min. 2 Tage im Tiefkühlschrank aufbewahren (durch den Frost verliert die Eberesche einen Teil der Bitterkeit).
2. Gefrorene Ebereschenbeeren im Apfelsaft köcheln (min. 15 Minuten) bis sie weich sind.
3. Mit dem Pürierstab zu einer Masse verarbeiten.
4. Noch einmal mit Gelierzucker nach Anleitung auf der Packung aufkochen (3 Minuten) und kochend heiß in die vorbereiteten Gläser füllen. Die zugeschraubten Gläser ca. 15 Minuten auf den Kopf stellen.