

ERDBEER-ORANGEN-JOHANNISBEER-KONFITÜRE



ERDBEER-ORANGEN-JOHANNISBEER-KONFITÜRE

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

für ca. 7 Gläser à 225 ml | 30 Min. | +
Abkühlzeit

Zutaten

- ca. 500 g Erdbeeren
- 2 - 3 Orangen (davon 1 Bio-Frucht)
- ca. 250 g schwarze Johannisbeeren
- 500 g SweetFamily Gelierzucker 2:1



ZUBEREITUNG

151

Kcal

100 g

1

Gramm

Eiweiß

36

Gramm

Kohlenhydrate

1. [Erdbeeren](#) waschen, putzen, 500 g abwägen und fein würfeln. Bio-Orange heiß waschen, Schale mit einem Zestenreißer in feinen Streifen abziehen. Alle Orangen schälen, filetieren, 250 g Fruchtfleisch abwägen und würfeln. Johannisbeeren waschen, abtropfen lassen, mit der Gabel von den Stielen streifen und 250 g abwägen.

2. Abgewogene Früchte und Orangenzesten mit [Gelierzucker](#) in einem hohen Topf verrühren. Unter gelegentlichem Rühren zum Kochen bringen, 4 Minuten sprudelnd kochen lassen und dabei weiter rühren, damit die Zubereitung nicht ansetzt. Eine [Gelierprobe](#) machen.

3. Heiße [Konfitüre](#) sofort in saubere, heiß ausgespülte Gläser füllen. Gläser verschließen und abkühlen lassen.

Obst: Erdbeer, Johannisbeer, Orange