

ERDBEER-ORANGEN-KONFITÜRE MIT LAVENDEL



ERDBEER-ORANGEN-KONFITÜRE MIT LAVENDEL

Schwierigkeitsgrad: normal

Zutaten für ca. 4 Gläser à 400 ml: | 30 Min. |
+ Abkühlzeit

Zutaten

- ca. 1,5 kg Erdbeeren
- abgeriebene Schale und Saft von einer Bio-Orange
- 500 g SweetFamily Gelierzucker 3:1
- 1 Tropfen Bio-Lavendelöl
- ca. 4 Lavendelblütenrispen



ZUBEREITUNG

155 Kcal	1 Gramm	3 Gramm
pro 100 ml, ca.	Eiweiß	Kohlenhydrate

1. Erdbeeren waschen, putzen, 1,5 kg abwägen und klein schneiden. Mit Orangenschale, -saft und Gelierzucker 3:1 in einem hohen Topf verrühren.

2. Zubereitung unter gelegentlichem Rühren zum Kochen bringen. 4 Minuten sprudelnd kochen lassen, dabei weiterrühren, damit die Fruchtzubereitung nicht ansetzt. Eine Gelierprobe machen, dann Lavendelöl unterrühren.

3. Konfitüre sofort in saubere, heiß ausgespülte Gläser füllen. Je einen Lavendelstiel hineingeben, verschließen und abkühlen lassen.

Obst: Erdbeer, Orange **Kraut und Gewürz:** Lavendel