

REZEPT FÜR HIMBERGEELE MIT BROMBEEREN | SWEETFAMILY



HIMBERGEELE MIT BROMBEEREN

Schwierigkeitsgrad: normal

für 5 Gläser à ca. 200 ml | 30 Min. | + Zeit zum Abtropfen und Abkühlen

ZUTATEN

800 g	Himbeeren
150 g	feste Brombeeren
Saft von 1	Zitrone
500 g	SweetFamily Bio-Gelierzucker 2:1

ZUBEREITUNG

444

Kcal

Pro Glas

1

Gramm

Eiweiß

106

Gramm

Kohlenhydrate

1

Gramm

Fett

Himbeeren vorbereiten:

1. Himbeeren verlesen, waschen und abtropfen lassen. Mit 200 ml Wasser aufkochen. 3 Minuten garen. Ein Sieb über eine Schüssel setzen, mit einem Safttuch auslegen und Himbeermasse darauf geben. Abtropfenden Saft auffangen und Masse abkühlen lassen. Fruchtreste im Safttuch gut ausdrücken.

Gelee kochen:

2. Brombeeren verlesen, waschen und abtropfen lassen. Aufgefangenen Himbeersaft mit Zitronensaft und bei Bedarf wenig Wasser auf 600 ml auffüllen. Mit [SweetFamily Bio-Gelierzucker 2:1](#) in einem hohen Topf unter gelegentlichem Rühren zum Kochen bringen. 2 Minuten unter Rühren sprudelnd kochen lassen. Brombeeren zufügen und unter Rühren erneut zum Kochen bringen. Weitere 2 Minuten sprudelnd kochen lassen, dabei rühren.

Gelee abfüllen:

3. Nach erfolgreicher [Gelierprobe](#) heißes [Gelee](#) sofort in saubere, heiß ausgespülte Gläser füllen. Dabei darauf achten, dass die Brombeeren gleichmäßig verteilt sind. Gläser verschließen und abkühlen lassen.