

# JOHANNISBEER-GELEE MIT ZITRONENVERBENE



## JOHANNISBEER-GELEE MIT ZITRONENVERBENE

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

für 5 Gläser à ca. 200 ml | 30 Min. | +  
Abtropf- und Abkühlzeit

### Zutaten

- 1 kg weiße oder rote Johannisbeeren
- 8-10 Blätter Zitronenverbene (ersatzweise Zitronenmelisse)
- 500 g SweetFamily Bio-Gelierzucker 2:1



2351

### ZUBEREITUNG

**432**

Kcal

pro Glas ca.

**0**

Gramm

Eiweiß

**107**

Gramm

Kohlenhydrate

**0**

Gramm

Fett

1. [Johannisbeeren](#) waschen und abtropfen lassen. Mit 300 ml Wasser aufkochen und ca. 2 Minuten garen, bis die Beeren aufplatzen. Ein Sieb über eine Schüssel setzen, mit einem Safttuch auslegen und Beerenmasse darauf geben. Abtropfenden Saft auffangen und Masse abkühlen lassen. Fruchtreste im Safttuch gut ausdrücken.

2. Zitronenverbene waschen, trocken tupfen und Blätter in Streifen schneiden. 750 ml Johannisbeersaft abmessen, bei Bedarf mit wenig Wasser auffüllen. Mit [Bio-Gelierzucker 2:1](#) in einem hohen Topf unter gelegentlichem Rühren zum Kochen bringen. 4 Minuten unter Rühren sprudelnd kochen lassen, dabei Verbenenstreifen nach 3 Minuten zufügen.

3. Eine [Gelierprobe](#) machen. Heißes [Gelee](#) sofort in saubere, heiß ausgespülte Gläser füllen, dabei Verbene gleichmäßig verteilen. Gläser verschließen und abkühlen lassen.

### Tipp:

Gläser beim Abkühlen vorsichtig wenden, damit sich die Kräuter im Gelee verteilen.

**Obst:** Johannisbeer