

Marmelade - Eingelegt

Ohne Zucker



Zutaten (Art & Menge bitte selbst variieren):

Mengen nach Verbrauch selbst einzuschätzen, hält nur 1-2 Wochen im Kühlschrank!

- Beliebige Obst (Beeren sind immer gut)
- evtl. ½ Apfel (das enthaltene Pektin dickt ein wenig ein)
- 1-2 Datteln oder etwas Honig (je nach verwendeter Fruchtart/Grundsüße)

Zubereitung:

1. Das Obst entsprechend vorbereiten (waschen, schälen, entkernen etc.)
2. Das Obst etwas zerkleinern und mit etwas Wasser in einen Topf geben, die Datteln und ggf. den Apfel dazu und für NUR 5-15 Min. kochen
3. Jetzt das Obst zerdrücken oder entsprechend pürieren
4. In sterilisiertes Schraubglas füllen und ab in den Kühlschrank!
→ Einfrieren geht natürlich auch, dann kann man auch etwas mehr machen!

Variationen / Tipps / Sonstiges:

- A) Hält nur 1-2 Wochen im Kühlschrank und hat eher eine Ähnlichkeit mit Fruchtmasse
→ Wer es dicker möchte, kann auch mit mehr Apfelpektin oder Agar-Agar experimentieren
- B) Wer gerne Stückchen mag, vorher etwas von Obst entsprechend auf die Seite legen, ggf. in gewünschte Größe bringen und zum Schluss noch kurz unterrühren!
- C) Optional kann auch noch mit frischer Vanille, zuckerfreiem Kakaopulver, frischen Zimt je nach verwendeter Frucht experimentiert werden!