Rote-Grütze-Fruchtaufstrich

Sonstige Gerichte » Marmeladen

Zutaten (3 Gläser à 250ml)

» 150g Kirschen (sauer)
» 125g Himbeeren
» 125g schwarze Johannisbeeren
» 100g rote Johannisbeeren
» 250g Gelierzucker (2:1)

Bewertung

Beschaffung
manchmal im Discounter

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
bis 30min

Zubereitung

1. Entsteinte Kirschen halbieren, mit den anderen Früchten und Gelierzucker in einem mikrowellengeeigneten Gefäß verrühren, abdecken. In der Mikrowelle bei 180 Watt 5min garen.

2. Danach einmal gut durchrühren, wieder abdecken und in der Mikrowelle bei 600 Watt weitere 6min garen. Sofort randvoll in Gläser füllen und mit Twist-off-Deckeln verschließen.

Nährwerte: 258kcal/E2g/F0g/KH94g pro Glas

angelegt am: 22.04.2007 Rezept-Nr: 2261

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke