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