# Mango-Himbeer-Konfitüre

**Sonstige Gerichte » Marmeladen**

## Zutaten (4 Gläser à 230 ml)

» 150g Himbeeren
» 500g Tropic-Gelierzucker
» 500g Mango

## Bewertung

**Beschaffung**
guten Supermarkt

**Kosten**
6-10€

**Schwierigkeitsgrad**
Einsteiger

**Warte-Zeit**
bis zu 15min

**Zubereitungszeit**
bis 30min

## Zubereitung

Vorbereitung

- Mango schälen, entsteinen
- 500g Mango abwiegen
- Himbeeren verlesen
- 150g Himbeeren abwiegen
- Obst gut zerkleinern, evtl. pürieren
- mit Gelierzucker in einem Topf mischen

Fertigstellung

- Masse unter Rühren zum Kochen bringen
- 4 min kochen lassen
- in Gläser füllen und gut verschließen
- 5 min auf dem Deckel stehen lassen

Nährwerte: 555kcal/E1g/F0g/KH136g pro Glas

angelegt am: 27.12.2008 Rezept-Nr: 2316

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