

Ananas-Cranberry-Konfitüre, kalorienreduziert

Fruchtige und farbenfrohe Marmelade mit Süßungsmitteln aus Stevia.

etwa 5 Gläser (je 200 ml)



gelingt leicht

— bis 40 Minuten



Zutaten:

Zutaten:

600 g Ananas (vorbereitet gewogen)
300 ml frisch gepresster Orangensaft (von etwa 4 Orangen)
100 g getrocknete Cranberrys
1 Pck. Dr. Oetker Gelierzucker mit Süßungsmittel aus Stevia

1 Vorbereiten:

Ananas schälen, Strunk entfernen. Ananas sehr fein schneiden und 600 g abwiegen. Orangen auspressen und 300 ml Saft abmessen. Cranberrys grob hacken.

2 Zubereiten:

Ananas, Orangensaft und Cranberrys mit Gelierzucker in einem großen Kochtopf gut verrühren. Alles **unter Rühren** zum Kochen bringen und unter ständigem Rühren **mind. 3 Min. sprudelnd kochen**. Fruchtmasse bei Bedarf abschäumen, sofort randvoll in vorbereitete Gläser füllen. Mit Schraubdeckeln (Twist-off) verschließen, sofort umdrehen und etwa 5 Min. auf den Deckeln stehen lassen.

1 Portion = 25 g

Tipps aus der Versuchsküche

- Statt frisch gepresstem Orangensaft können Sie auch Handelsware verwenden.