

# Sauerkirsch-Blaubeer-Konfitüre, kalorienreduziert

Ein fruchtige Marmelade mit Kirschen und Blaubeeren.

etwa 6 Gläser (je 200 ml)



gelingt leicht



bis 40 Minuten



## Zutaten:

### Zutaten:

- 500 g Sauerkirschen (vorbereitet gewogen)
- 500 g Heidelbeeren (Blaubeeren, vorbereitet gewogen)
- 1 Pck. Dr. Oetker Gelierzucker mit Süßungsmittel aus Stevia

## 1 Vorbereiten:

Sauerkirschen waschen, entsteinen, halbieren und 500 g abwiegen. Blaubeeren verlesen, waschen und 500 g abwiegen.

## 2 Zubereiten:

Die Hälfte der Früchte pürieren. Alle Früchte 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.

### Tipps aus der Versuchsküche

- **Gelierprobe:** Vor dem Abfüllen 1-2 TL der heißen Masse auf einen Teller geben. Falls sie nicht fest wird, **1 Pck. Dr. Oetker Zitronensäure** unterrühren.
- Je nach Saison können Sie auch tiefgekühltes Obst nehmen, dieses dann auftauen lassen.