

Diabetikus eperlekvár



Könnyen elkészíthető

Hozzávalók:

900 g földieper (előkészítve mérjük le)
100 ml fekete ribizli lé
1 narancs reszelt héja
1 tasak **Dr. Oetker Diabetikus Befőzőcukor**

Előkészítés:

A földiepret megtisztítjuk, megmossuk, apróra vágjuk, és 900 g-ot kimérünk.

Elkészítés:

Az epret a gyümölcslével és a reszelt narancshéjjal egy főzőedénybe tesszük, a befőzőcukorral jól elkeverjük, és állandó keverés mellett nagy lángon felforraljuk, majd továbbra is keverve legalább 3 percig zubogva forni hagyjuk. Ha szükséges, a habot eltávolítjuk a tetejéről, és azonnal az előkészített üvegekbe töltjük, jól lezárjuk, majd 5 percre fejjel lefelé állítjuk.

Tipp:

Ha a lekvárhoz forrást követően 2 evőkanál apróra vágott friss mentát keverünk különleges zamatot kölcsönözhetünk lekvárunknak.

Ínyencek próbálják ki a levendulavirággal fűszerezett eperlekvárt. Ehhez keverjünk 1 mokkáskanál levendulavirágot a felforrt lekvárhoz.

© Copyright 2012 by Dr. Oetker Magyarország Élelmiszer Kft. - www.oetker.hu

