


Epres sárgabarack dzsem - kevesebb kalóriával

Gyümölcsös dzsem eperrel és sárgabarackkal, Sztíviás Befőzőcukorral

kb. 5 üveg ((200 ml-es))

 Könnyen elkészíthető

 up to 40 Min.



Hozzávalók:

A lekvárhoz:

500 g földieper (előkészítve mérjük le)

500 g sárgabarack (előkészítve mérjük le)

1 tasak Dr. Oetker Befőzőcukor Sztíviával

1 Előkészítés:

A földiepret a szárától megtisztítjuk, megmossuk, lecsepegtetjük, és 500 grammot kimérünk. A sárgabarackot megmossuk, a magházat eltávolítjuk, apróra szeleteljük, 500 g-ot kimérünk, majd egy (kb. felét) részét pépesítjük.

2 Elkészítés:

A gyümölcsöt és a befőzőcukrot egy főzőedénybe öntjük, és jól elkeverjük. Az elegyet állandó keverés mellett nagy lángon felforraljuk, majd továbbra is keverve 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.