

Rezept – Marillenmus ohne Zucker – blog.wohlgeraten.de

Zutaten für 5-6 Gläser

3 kg Aprikosen

200 g Getrocknete Aprikosen

¼ l Weißwein oder herben Apfelsaft ohne Zucker

Vanilleschoten oder zimt nach Geschmack



Zubereitung

- Die Aprikosen (Marillen) gründlich waschen und mit einem spitzen Messer entkernen. Es reicht völlig, sie zu halbieren. Sie müssen nicht klein geschnitten werden.
- In einem großen Topf zusammen mit den getrockneten Aprikosen, mit der ausgekratzten Vanilleschote oder dem Zimt und der Flüssigkeit aufkochen und köcheln lassen, bis die Früchte weich sind und beginnen zu zerfallen.
- Die Flüssigkeit abgießen und auffangen. In einem kleinen Topf so weit einsimmern, dass die Flüssigkeit etwas dicklich wird.
- Den Herd auf 140 bis 160 Grad vorheizen und die gesamte Masse mit dem eingekochten Saft in einen gusseisernen Bräter schütten.
- Mit einem Stabmixer zu einem Brei pürieren. (Das ist meine Variante. Wer mag, kann sicher auch Stücke behalten. Dann würde ich die Aprikosen vorher aber doch kleiner schneiden.)
- Ohne Deckel in den Herd geben und die Masse nach und nach einkochen. Immer wieder mal mit einem Holzlöffel umrühren. – Parallel zum Aprikosenmus Wasser aufkochen und damit mehrere Schraubdeckelgläser gründlich ausspülen.

Nach ca. zwei bis zweieinhalb Stunden sieht man, dass die Masse deutlich reduziert ist (am Rand des Bräters). Das Aprikosenmus muss nun so heiß wie möglich in die vorbereiteten Gläser eingefüllt werden. Den Deckel gut zuschrauben und auf dem Kopf stehend auskühlen lassen.

Gefällt Dir? Ich freue mich über Likes auf Facebook und Kommentare auf meinem Blog!

Alle Rechte für Text und Bilder liegen bei Charis Stank.

Alpenreiseblog blog.wohlgeraten.de – Onlineshop www.wohlgeraten.de