

## Apfelkonfitüre

(im Bild hinten)

Vor- und zubereiten: ca. 25 Min.  
Für 2 Gläser von je ca. 3 dl

500 g **Äpfel**, in Stücken, und 1½ dl **Wasser** zusammen in einer Pfanne aufkochen, Hitze reduzieren, köcheln bis die Äpfel weich sind, durchs Passivite zurück in die Pfanne treiben. 1 **Zitrone**, nur Saft (ergibt ca. 5 Esslöffel), dazugießen. 300 g **Gelierzucker** (Coop), die Hälfte begeben, unter Rühren aufkochen, ca. 2 Min. sprudelnd kochen. Restlichen Gelierzucker unter Rühren begeben, ca. 2 Min. weiterkochen, evtl. Schaum abschöpfen. Gelierprobe siehe unten. Gelee siedend heiss bis knapp unter den Rand in die sauberen, vorgewärmten Gläser füllen, sofort verschliessen. Gläser mit Schraubdeckel kurz auf den Kopf stellen, auf isolierender Unterlage auskühlen.

**Pro 100 g:** 1 g Fett, 1 g Eiweiss, 61 g Kohlenhydrate, 1082 kJ (259 kcal)

**Haltbarkeit:** kühl und dunkel ca. 12 Monate. Einmal geöffnet, das Glas im Kühlschrank aufbewahren, Konfitüre rasch konsumieren.



Gelierprobe Konfitüre: Wenig heisse Konfitüre auf einen Teller geben, auskühlen. Fliesst sie nicht mehr und bildet sich nach kurzer Zeit eine feine Haut, ist die richtige Konsistenz erreicht. Andernfalls Konfitüre kurz weiterkochen, erneut testen. Konfitüre siedend heiss bis knapp unter den Rand in die sauberen, vorgewärmten Gläser füllen, sofort verschliessen. **Tipp:** Ein Trichter mit weitem Hals erleichtert das Einfüllen.

