



bewusst! machen - ausprobieren - zubereiten

Zwetschenröster

-gänzlich ohne Zucker-

Zutaten:

- 1000 g sehr reife Hauszwetschken, entsteint gewogen
- 1 Stk Zitrone (Saft) = 3 EL
- ½ TL Zimt
- 3 EL Rum
- Prise Vanille

Anwendung:

Zwetschken waschen, entsteinen und vierteln.

In einem großen Topf die Zwetschken und den Zimt unter ständigem Rühren zum Kochen bringen und 5 Minuten sprudelnd kochen, Zitronensaft beifügen und weitere 3 - 5 Minuten kochen lassen, erst zum Schluss den Rum beifügen.

Heiß in die vorbereiteten Gläser füllen und gut verschließen.

Tipps:

- Wer will kann noch die Gläser einrexen: Backrohr auf 170° erhitzen, Backblech mit Wasser 1 cm hoch befüllen, Gläser reingeben und 30 Minuten im Rohr kochen. Temperatur ausschalten und die Gläser im getrennten Backrohr auskühlen lassen
- Wenn die Zwetschken nicht sehr süß sind, kann noch ein Rohrzucker hinzugefügt werden