

Apfelpektin

ZUTATEN

2800 g saure Äpfel bzw. Apfelreste
1500 g Wasser

ZUBEREITUNG

Äpfel grob zerkleinern und zusammen mit dem Wasser 25 Minuten lang
simmern.

Alles in ein Sieb gießen, das mit einem Mulltuch ausgelegt ist, und über Nacht
abtropfen lassen. Wichtig ist, die Masse in Ruhe zu lassen und nicht
nachzuhelfen.

Am nächsten Morgen sollten so etwa 1000 ml Flüssigkeit zusammengekommen
sein. Diese nun sprudelnd um die Hälfte einkochen (500 ml).

Genusstipp: Gelieren mit selbstgemachtem Apfelpektin

Für pektinarmes Obst benötigt man auf 1500 g Obst, 250 ml Apfelpektin. Für
alles andere Obst bzw. Fruchtsaft reichen etwa 125 ml auf 1000 g Obst. Wie
gewohnt Obst bzw. Saft aufkochen. Etwas Zitronensaft und Apfelpektin zugeben
und in Gläser füllen. Beim Abkühlen geliert die Masse.

Quelle: Miriam Dick, Kräuterpädagogin und Projektleitung Genussregion
Niederbayern

