

# Schritt für Schritt zur Erdbeerkonfitüre

Einer der Küchenklassiker schlechthin ist die Erdbeerkonfitüre.

Puristen lieben sie so, wie sie ist.

Kreativ und mutig darf jedoch kombiniert werden, was die Küche hergibt.



**1** Gläser sterilisieren: Wasser mit einem Spritzer Essig (gegen Kalkablagerungen) aufkochen. Gläser und Deckel ca. 10 Minuten abkochen und bis zum Gebrauch im Wasser liegen lassen. Vor dem Befüllen kurz abtropfen lassen (nicht mit Tuch abtrocknen).



**2** Erdbeeren waschen und in Stücke schneiden.



**3** Erdbeeren mit dem Zucker in einem Topf mischen.



**4** Unter ständigem Rühren aufkochen und einige Minuten leicht sprudelnd zur Konfitüre einkochen, dabei Zeitangaben auf der Gellierzuckerpackung beachten. Nach Belieben pürieren. Konsistenz der Konfitüre mittels Kellentest überprüfen: Bleibt ein breiter Tropfen an der Kelle hängen, ist die Konfitüre fertig.



**5** Konfitüre in sterile Gläser bis ½ cm unter den Rand füllen und sofort zuschrauben.



**6** Kurz auf den Deckel stellen, auskühlen lassen und Gläser beschriften (Fruchtmischung und Jahr).

FOTOS: RUTH KÜNG; STYLING: IRÈNE DE GIACOMO



## Erdbeerkonfitüre

Für 6 Gläser à 250 g Inhalt

6 Einmachgläser

Einfülltrichter

Schöpfkelle

1 kg Erdbeeren

ca. 1 kg Gelierzucker (Anweisungen auf der Packung beachten)

### Tipps

- Zuckermenge reduzieren: Auf 1 kg Früchte 200–500 g Zucker und gestrichene 2 gestrichene EL Agar-Agar verwenden.
- Gelierzucker ist mit Pektin und Zitronensäure angereicherter Zucker. Pektin bildet mit Zucker ein Gel und verhilft der Konfitüre zur richtigen Konsistenz. Es wird zum Beispiel aus Äpfeln oder Rüben gewonnen.

### Gut kombiniert

Frei nach dem persönlichen Geschmack können Früchte, Gewürze, Kräuter oder Tees kombiniert werden. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

- Gut gelierende Früchte (z. B. Äpfel, Aprikosen, Brombeeren, Himbeeren, Johannisbeeren, Rhabarber, Zwetschgen) mit schlecht gelierenden Früchten (z. B. Birnen, Erdbeeren, Kirschen, Melonen, Nektarinen, Pfirsiche, Trauben) kombinieren.
- Neue Kombinationen wagen: Warum nicht eine Aprikosen-Koriander- oder Erdbeer-Lavendel-Konfitüre? Hierzu 3–4 Esslöffel der Kräuter zu den Früchten geben. Auch Teebeutel können als Gewürzmischung dienen.

### INFO

Nährwerte pro 100 g: Energie 284 kcal  
Eiweiss < 1 g, Fett < 1 g, Kohlenhydrate 69 g

### Haben Sie Fragen, Probleme oder ein kulinarisches Anliegen?

Wir sind für Sie da:  
Redaktion LE MENU  
Weststrasse 10  
3000 Bern 6  
Telefon 031 359 57 59  
rezeptberatung@lemenu.ch

Weitere Schritt-für-Schritt-Anleitungen unter [www.lemenu.ch/gewusstwie](http://www.lemenu.ch/gewusstwie)