

Karotten-Honig- Marmelade



Sei amol g' miasig!

ZUBEREITUNG
30 min



Zutaten

FÜR 5 GLÄSER Á 200 ML

- 800 g Bio-Karotten
- 100 g Honig
- 300 g Zucker
- 2 Bio-Zitronen
(Schale und Saft)
- ca. 125 ml Wasser

Zubereitung

- 1 Karotten waschen, schälen und fein raspeln. Ca. 3 EL zur Seite legen.
- 2 Wasser in einem Topf erhitzen. Die Karottenraspeln hinzugeben und für ca. 15 Minuten bei geschlossenem Deckel weich dünsten. In der Zwischenzeit die Zitronen waschen, Schale fein abreiben und auspressen.
- 3 Die Karottenraspeln (wenn noch Flüssigkeit vorhanden ist) abseihen, Zitronensaft hinzugeben und mit einem Mixstab pürieren.
- 4 Die pürierten Karotten gemeinsam mit den rohen Karottenraspeln, dem Zucker, dem Honig und der Zitronenschale vermengen, einmal aufkochen und anschließend bei niedriger Hitze und geschlossenem Deckel 5 Minuten köcheln lassen. In sterilisierte Marmeladegläser füllen und abkühlen lassen.

Tipps

Geöffnete Gläser im Kühlschrank aufbewahren.