



Mango-Konfitüre

<https://www.edeka.de/rezepte-ernaehrung/rezepte/rezeptsuche/mango-konfituere.jsp>



Schnell selbst gemacht: Überzeugen Sie sich von unserem Rezept und kochen Sie unsere Mango-Konfitüre aus Mango, Kiwi, Limettensaft und Rum.

Zutaten

Zutaten für: 3 Gläser

Für die kalt gerührte Mango-Konfitüre: 3 Gläser à 150 ml

Menge	Artikel	Unsere Empfehlung
1 große	Mango	
250 g	Gelierzucker	
1 EL	Limettensaft	
1 EL	Rum, weiß	
1 große	Kiwi, grün	

Rezept: Ernährungsservice
Foto: EDEKA Zentrale AG & Co. KG

Rezeptinformation

Zutaten für: **3 Gläser**

Zubereitungszeit: **20 Min.**

Fertig in: **20 Min.**

Je Glas : **1239 kJ, 296 kcal , 68 g Kohlenhydrate , 0 g Eiweiß , 0 g Fett**

Schwierigkeitsgrad: **einfach**

Zubereitung

1.) Die Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Stein lösen, fein würfeln, es sollte 250 g ergeben.

2.) Das Mangofruchtfleisch zusammen mit dem Gelierzucker (1:1) mit den Schneebesen des Handrührgerätes etwa 10 Minuten verrühren

3.) Den Limettensaft und den Rum unterrühren. Die Kiwi schälen, klein würfeln und zuletzt untermischen. In saubere Gläschen füllen, verschließen und im Kühlschrank kalt stellen.

Entdecken Sie auch unser Rezept für fruchtige und weiter tolle .Außerdem gilt es unsere zu entdecken!

Zubereitungstipp

Mango schneiden: Waschen Sie die Frucht vor dem Schälen unter Wasser ab. Sie können die Mango dann mit einem Sparschäler einfach und schnell schälen. Schneiden Sie zum Schluss die Mango mit einem Messer links und rechts vom Stein ab.

Küchenutensilien



EDEKA zuhause Schneebesen- Besonders schwere, stabile Qualität aus extra dickem, rostfreiem Edelstahl 18/10- Formschönes Design: Funktionsteile hochglanzpoliert, Griffe matt poliert- Praktische Aufhängeöse- Spülmaschinengeeignet: leicht zu reinigen, hygienisch