

Džem od breskvi i malina s manje kalorija

Džem s manje kalorija

oko 5 staklenki po 200 ml



potrebno malo iskustva

do 40 Min.



Sastojci:

Džem od breskvi:

400 g breskve (izvagati nakon čišćenja)
100 ml soka od naranči (svježe iscijedeni od otprilike 1 1/2 naranče)
½ pakiranja Dr. Oetker Želirni šećer sa zaslađivačem iz stevije (175 g)

Džem od malina:

500 g malina (izvagati nakon čišćenja)
1 omot Dr. Oetker Bourbon vanilin šećera
½ pakiranja Dr. Oetker Želirni šećer sa zaslađivačem iz stevije (175 g)

1 Priprema:

Breskve operite, izvadite im košticu, narežite na komadiće i izvažite 400 g. Naranče iscijedite i izmjerite 100 ml soka. Maline preberite i izvažite 500 g.

2 Džem od breskvi:

Breskve i narančin sok u loncu dobro izmiješajte sa Želirnim šećerom sa sladilom iz Stevije. Uz stalno miješanje zakuhajte na jakoj vatri i dalje miješajući kuhajte najmanje 3 min. Eventualno skinite pjenu i odmah do polovice ulijte u pripremljene staklenke. Ostavite da se džem hladi oko 15 min.

3 Džem od malina:

Maline i Bourbon vanilin šećer dobro izmiješajte sa Želirnim šećerom sa sladilom iz Stevije. Uz stalno miješanje zakuhajte na jakoj vatri i dalje miješajući kuhajte najmanje 3 min. Eventualno skinite pjenu i odmah pažljivo pomoću žlice rasporedite po džemu od bresaka sve dok staklenke ne napunite do ispod ruba. Zatvorite poklopcima s navojem (twist-off), i ostavite da se džem ohladi.

Napomena: Ne okrećite staklenke naopačke jer će se inače džemovi pomiješati.

Tip from the Test Kitchen

- U džem od breskvi možete umiješati i gotovi sok od naranče (kupovni).