

Rezept

# Aprikosenmarmelade ohne Kochen

Ein Rezept von Aprikosenmarmelade ohne Kochen, am 05.08.2024

## Zutaten

**250 g** getrocknete Aprikosen

**2 EL** Zitronensaft

**1 EL** gemahlene Flohsamenschalen

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für ca. 500 g | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 60 kcal | **Haltbarkeit** Gekühlt etwa 1 Woche

## Zubereitung

1. Die Aprikosen in einer Schüssel mit  $\frac{1}{4}$  l Wasser bedeckt mindestens 6 Std. einweichen.
- 
2. Die Aprikosen mit dem Einweichwasser, dem Zitronensaft und den Flohsamenschalen im Blender fein pürieren. Im Kühlschrank ist die Aprikosenmarmelade etwa 1 Woche haltbar.