

Rezept

Bananenkonfitüre

Ein Rezept von Bananenkonfitüre, am 18.12.2025

Zutaten

1	Bio-Limette	2	Bio-Zitronen
1,5 kg	Bananen	500 g	Gelierzucker 2:1 (am besten in Bio- Qualität)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 7 Gläser à 210 ml | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 40 kcal, 9 g KH

Zubereitung

1. Limette und Zitronen heiß abwaschen, abtrocknen, die Schale fein abreiben. Früchte halbieren und auspressen, Saft und Schale mit 250 ml Wasser in einen großen Topf geben. Bananen schälen, in Stücke schneiden und dazugeben. Gelierzucker unterrühren. Zugedeckt über Nacht ziehen lassen, dann mit dem Stabmixer leicht anpürieren.
2. Den Konfitüreansatz zum Kochen bringen und unter ständigem Rühren 4-5 Min. bei mittlerer Hitze sprudelnd kochen lassen. Vorsicht, Konfitüre setzt leicht an!
3. Eine Gelierprobe machen. Die fertige Konfitüre in Gläser füllen und verschließen. Die Gläser zuerst 5 Min. auf den Deckeln stehend, dann richtig herum abkühlen lassen.