Rezept

Beerenkonfitüre mit Lupinen-Crunchy

Ein Rezept von Beerenkonfitüre mit Lupinen-Crunchy, am 08.10.2026

Zutaten

- **50 g** Lupinenflocken (ersatzweise Lupinen-Crunchy; Fertigprodukt)
- **250 g** Gelierzucker (Rohrohrzucker 2:1)
- **1/2** Bio-Zitrone
- **250 g** Erdbeeren
- **250 g** Himbeeren
- **1/2** Vanilleschote

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Gläser à 275 ml | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 35 kcal, 1 g EW, 7 g KH

Zubereitung

1. Das Lupinen-Crunchy in einer Pfanne bei mittlerer Hitze 4-5 Min. anrösten. Auf einem Teller abkühlen lassen.

2. Die Erdbeeren abbrausen und abtropfen lassen, putzen und klein schneiden. Die Himbeeren verlesen, abbrausen und trocken tupfen. Die Beeren in einem hohen Rührbecher mit dem Pürierstab grob mixen und durch ein feines Sieb streichen. Das Fruchtmark (ca. 370 g) mit dem Gelierzucker in einem Topf mischen.

3. Die Vanilleschote längs aufschneiden, das Mark herauskratzen und mit der Schote zu den Beeren geben. Die Zitrone heiß waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben und beiseitestellen. Den Zitronensaft auspressen und zu den Beeren geben. Die Fruchtmasse unter Rühren aufkochen und weitere 3-4 Min. unter Rühren kochen lassen. Die Vanilleschote entfernen. Die Zitronenschale und das Lupinen-Crunchy unterrühren.

4. Die Konfitüre sofort in heiß ausgespülte Schraubgläser füllen und diese verschließen. Die Gläser ca. 5 Min. auf den Deckel stellen. Dann umdrehen und abkühlen lassen. Die Beerenkonfitüre schmeckt super mit Frischkäse auf knusprigen Brötchen oder wird mit Quark und Sahne vermischt zu einer aromastarken Füllung für eine Biskuitrolle. An einem dunklen, kühlen Ort hält die Konfitüre etwa 1 Jahr.