

Aprikosen im Vanillesud



für 4 Personen



easy



ca. 20 Min.

Zutaten

Sud

4 dl **süßer Weisswein** (z. B.
Croix-du-Mont von Coop)
2 dl **Wasser**
250 g **Zucker**
2 **Vanillestängel** längs
aufgeschnitten, Samen
ausgekratzt

1 kg **Aprikosen**, halbiert, entsteint
(siehe Hinweis)

Zubereitung

Sud

1. Für den Sud alle Zutaten bis und mit Vanillestängel und -samen aufkochen.
2. Aprikosen portionenweise im Sud ca. 4 Min. köcheln, bis sie weich sind. Aprikosen heiß in die sauberen und vorgewärmten Gläser füllen. Den Sud durch ein Sieb bis zum Überlaufen über die Früchte gießen, Gläser sofort verschließen. Umgedreht auf isolierender Unterlage auskühlen.

Form:

Für 2 Gläser von je ca. 5 dl

Hinweis:

Die angegebene Kochzeit bezieht sich auf reife Früchte.

Haltbarkeit:

kühl und dunkel ca. 6 Monate. Einmal geöffnet, das Glas im Kühlschrank aufbewahren, Aprikosen rasch konsumieren.

Service

Nährwert pro Person:

0 g Fett

1 g Eiweiss

34 g Kohlenhydrate

684 kJ (163 kcal)