Chia Himbeer Marmelade

Gesamtzeit: 25 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 1 Personen

Chia Himbeer Marmelade

300 g frische Himbeeren

3 Esslöffel Rinatura Chiasamen Bio

2 Esslöffel Rinatura Ahorn Sirup Bio

0.5 Zitrone, der Saft davon

Optional: Vanilleextrakt oder Vanillezucker

Chia Himbeer Marmelade

1.

Die Himbeeren gründlich waschen und in einen Topf geben. Bei mittlerer Hitze erwärmen und leicht zerdrücken, bis sie weich sind und Saft freisetzen.

Die Chiasamen hinzufügen und gut umrühren, damit sie sich gleichmäßig verteilen. Den Ahornsirup, den Zitronensaft und optional den Vanillezucker odere Vanilleextrakt dazugeben und weiter rühren, bis alles gut vermischt ist.

Die Masse etwa 10-15 min. köcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren, bis eine dickere Konsistenz

entsteht. Vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen. Dabei wird die Marmelade durch die Chiasamen weiter eindicken.

Die Marmelade in saubere Gläser füllen und im Kühlschrank aufbewahren. Sie hält sich dort etwa 1-2 Wochen. Auf Brot, Brötchen oder auch als Topping für Desserts genießen!