

# Gemüse bringt's

Die Gemüsebox im Abonnement

## Kürbis-Orangen-Konfitüre

**Zutaten:** 1 kg Kürbis (z.B. Hokaido oder Muskat-Kürbis, geputzt 700 gr. )  
250 ml. frisch gepresster Orangensaft, 1 Zitrone, 3 Bio-Orangen,  
Gelierzucker oder Konfigel 1:1, 2 Eßl. Orangenlikör.

**Zubereitung:** Den Kürbis schälen (Hokaido nicht), die Kerne mit dem faserigen Fruchtfleisch aus der Mitte herauslösen und den Kürbis in kleine Würfel schneiden. Mit dem Orangensaft in einem Topf 10-15 Min. köcheln lassen, bis das Fruchtfleisch weich ist. Etwa ein Drittel Fruchtfleisch mit einem Schaumlöffel herausheben und in einen großen Topf geben. Zitrone auspressen. Die Schale von 1 Orange abreiben, den Saft auspressen. 2 Orangen schälen und dabei die weiße Haut entfernen. Orangen in Schnitze zerteilen. Zitronensaft, Orangensaft und -schale und Orangenschnitze mit den Kürbiswürfeln vermischen. Gelierzucker oder Konfigel vermischen und 1 Stunde zugedeckt ziehen lassen. Übriges Kürbisfleisch mit dem Pürierstab fein pürieren und zu der Fruchtmasse geben und bei starker Hitze unter Rühren zum Kochen bringen. 4 Min. sprudeln kochen lassen, dabei ständig weiter rühren. Gelierprobe nicht vergessen. Den Orangenlikör nach Belieben hinzufügen. Konfitüre in heiß ausgespülte Gläser füllen und verschließen.

Guten Appetit wünscht Ihr **Gemüse bringt's** -Team

[www.gemuese-bringts.com](http://www.gemuese-bringts.com), Tel. 02525-2560 (Telefonzeiten Di. und Do. 9 - 12 Uhr)