



Rezepte > Andere

# Kürbissirup

Zeit gesamt  
30min

Zubereitungszeit  
15min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 1 Portionen

Hokkaidokürbis	500 g
Ingwer, frisch	5 g
Apfelsaft	500 ml
Zimt	0.25 TL
Zucker	5 EL

## Zubereitung



Küchenutensilien

mittlerer Topf, SILVERCREST Stabmixer/ Pürierstab

1. Kürbis halbieren, entkernen, schälen und würfeln. Ingwer schälen und grob würfeln. In einem Topf Kürbis und Ingwer mit Apfelsaft auf mittlerer Stufe aufkochen und ca. 15 Min. sehr weich garen.

2. Anschließend mit Zimt und Zucker würzen und fein pürieren. Kürbissirup nochmals aufkochen, sollte der Sirup zu dickflüssig sein, noch etwas Apfelsaft zugeben. Heißen Sirup in Flaschen füllen und abkühlen lassen.

Viel Freude beim Genießen!

Tipp: Der Sirup kann in Kaffee, Cocktails oder über Eis genossen werden.

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	520 kcal
Kohlenhydrate	130 g
Eiweiß	6 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	1 g