

Kürbiskompott mit Zimt

Das Kürbiskompott mit Zimt ist nicht nur für Veganer geeignet, das Rezept ist auch laktose- und glutenfrei.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 10 min

Gesamtzeit: 20 min



Zutaten

750 g	Kürbisse
250 ml	Wasser
3 EL	Zucker (braunen)
2 EL	Zitronensaft
40 ml	Apfelessig
1 Stange	Zimt
4 Stk.	Gewürznelken

Zubereitung

1. Für das Kürbiskompott mit Zimt den Kürbis vierteln, schälen und die Kerne und weichen Fasern entfernen. Das feste Fruchtfleisch in kleine Würfel (1x1 cm) schneiden und mit Wasser und braunem Zucker in einen Topf geben. Aufkochen lassen.
2. Zitronensaft, Apfelessig, Gewürznelken und Zimtstange hinzufügen, gut umrühren und alles bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten köcheln lassen. Gewürznelken und Zimtstange herausnehmen. Das Kompott in Dessertschälchen füllen, abkühlen lassen und servieren.

Tipp

Wenn keine Zimtstange vorrätig ist, kann das Kürbiskompott auch mit gemahlenem Zimt gewürzt werden.