

Fruchtleder

Das Rezept vom Fruchtleder ist eine gesunde und natürliche Nascherei für zwischendurch. Gerade für Kinder ist es eine gute Alternative zu Gummibärchen und Co.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 4,0 h

Gesamtzeit: 4,3 h



Zutaten

300 g	Erdbeeren (TK oder frisch)
100 g	Himbeeren (TK oder frisch)
1 Spritzer	Zitronensaft
2 EL	Honig (hochwertigen)

Zubereitung

1. Für das **Fruchtleder** die TK- Erdbeeren/Himbeeren, den Zitronensaft und den Honig (wer es gerne süß mag, sollte etwas mehr nehmen) in einen Topf geben.
2. Dann alles zirka 10 Minuten weichkochen. Bei frischem Obst entfällt dieser Schritt.
3. Anschließend die Masse fein pürieren. Parallel den Backofen auf ca. 60°C Umluft vorheizen.
4. Jetzt das Fruchtpüree (schön dünn und gleichmäßig) auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech streichen. Wer die Körner in den Früchten nicht mag, sollte die Masse vorher durch ein Sieb streichen.
5. Nun das Backblech auf die mittlere Schiene in den Backofen schieben und ca. 3,5-4 Stunden

trocknen lassen. Wer jetzt glaubt das er dadurch einen hohen Stromverbrauch hat, dem ist nicht so. Da der Ofen auf einer niedrigen Temperatur läuft, kostet dieser Vorgang wirklich nicht viel. Was ich aber auch noch gerne anmerken möchte (auch wenn es selbstverständlich sein sollte) ist, dass man ein Elektrogerät niemals unbeaufsichtigt lassen sollte. Also verlasst bitte nicht die Wohnung während der Trocknung!

6. Ist die Fruchtmasse gut getrocknet, kann man sie aus dem Ofen nehmen, kurz abkühlen lassen und anschließend beliebig in Streifen schneiden. Mit einem Pizzaschneider geht das zum Beispiel sehr gut.
7. Letztendlich die Streifen vom Backpapier ziehen und entweder gleich essen oder Zusammengerollt in einer Dose aufbewahren. Wer Angst hat das die Streifen beim zusammenrollen aneinander kleben, kann die Streifen auch mit einer Schere samt Backpapier schneiden und dann aufrollen.

Tipp

Das Fruchtleder schmeckt natürlich auch mit anderen Obstsorten. Wer gleich verschiedene Sorten ausprobieren möchte, kann auch mehrere Bleche gleichzeitig in den Ofen schieben. Dadurch variiert dann aber natürlich die Backdauer.