

Cranberry-Sauce

Knallrot. Fruchtig. Zuckersüß. Cranberry-Sauce ist eine hervorragende Alternative zu Preiselbeeren und harmoniert exzellent mit dunklem Fleisch wie Rind oder Ente. Aber auch für Desserts und zum Backen ist Cranberry-Sauce bestens geeignet. Das Beste: Die Moosbeere steckt voller Antioxidantien. Trotzdem reicht pro Portion ein Löffel der Portion, da der Geschmack sehr intensiv ist.



Cranberry-Sauce | Foto: Linda Katharina Klein

Zutaten (12 Portionen): 200 Gramm frische Cranberries | 100 Gramm Zucker | 1 Orange | 1 Stück Sternanis | 2 Stück Kardamom | 3 Nelken



Cranberry-Sauce | Foto: Linda Katharina Klein

Zubereitung (25 Minuten): 1. Schale einer Orange reiben und diese auspressen. 2. Cranberries waschen, trocknen und die Hälfte in einem Topf erhitzen. 3. Orangensaft und Zucker hinzufügen. 4. Sternanis, angeprückelte Kardamom-Kapseln und Nelken in ein Gewürz- oder Teesieb geben und dieses in die Sauce legen. 5. Sauce solange auf kleiner Flamme köcheln, bis ersten Cranberries aufplatzen, dann die übrigen Cranberries hinzugeben und Sauce kochen, bis auch weich sind. 6. Gewürze bzw. Sieb entfernen. 7. Sofort servieren oder (falls du die Sauce länger als ein paar Tage im Kühlschrank lagerst) diese in mit kochendem Wasser ausgespülte Schraubgläser geben und 30 Minuten bei 90° Grad einkochen. Bitte beachte dazu auch die genauen [Einkochvorgaben](#).

Jetzt noch mehr [süße Saucen](#) entdecken!

Nährwerte/Portion: 48 Kalorien | 0,1 Gramm Fett | 11,7 Gramm Kohlenhydrate | 0,2 Gramm Eiweiß