



Pflaumenmus

Zeit gesamt
🕒 26h 15min

Zubereitungszeit
🕒 15min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 1 Portionen

Pflaumen	1 kg
Brauner Zucker	100 g
Vanillinzucker	1 Päckchen
brauner Rum	4 EL
Zimt	0.25 TL

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlerer Topf

1. Pflaumen waschen, halbieren und Stein entfernen. In einer Schüssel Pflaumen, Zucker, Vanillinzucker, Rum und Zimt gründlich vermengen. Pflaumen über Nacht in den Kühlschrank geben.
2. Am nächsten Tag in einem Topf Pflaumen auf mittlerer Stufe aufkochen. Auf niedrige Stufe reduzieren und ca. 2 Stunden leicht köcheln lassen.
3. Pflaumenmus heiß in 4 saubere Schraubgläser (à 250 ml) füllen. Gläser verschließen und auf den Deckel gestellt abkühlen lassen.

Viel Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	965 kcal
Kohlenhydrate	221 g
Eiweiß	7 g
Ballaststoffe	14 g
Fette	3 g