

SOMOSALVAJES

# CONSERVAS FRUTALES Y MERMELADAS



# Las conservas frutales

Hablemos un poco sobre cómo hacían mermeladas y conservas en el pasado.

Desde hace mucho tiempo la gente ha estado buscando maneras de disfrutar de las frutas más allá de su temporada. En la antigüedad, hacer conservas era casi un arte, recogían las frutas en su punto justo, las mezclaban con azúcar o miel y las cocinaban rápidamente para inmortalizar sus sabores. Todo esto se hacía en ollas de barro, cerámica o metal buscando resaltar los **sabores naturales**.

**Las cantidades de azúcar o miel que se utilizaban eran menores**, lo mínimo necesario para que el alimento se conserve durante más tiempo pero no o para que los sabores propios de la fruta en cuestión.

Con el paso del tiempo y el desarrollo de la tecnología, las cosas empezaron a cambiar. Ahora, muchas veces encontramos mermeladas llenas de ingredientes de mala calidad, como azúcares refinados y jarabes de alta fructosa, glucosa y quien sabe qué más. **Ya no se trata de hacer algo delicioso; ahora parece que lo único importante es que sea barato y aguante mucho tiempo en la estantería.**

Lo que resulta, en muchas ocasiones, es un producto que poco tiene que ver con el sabor auténtico de las frutas frescas. A veces, hasta las etiquetas pueden ser engañosas y lo que parece "natural" puede estar lleno de conservantes y aditivos. Esto nos ha alejado un poco de la tradición de disfrutar de unas buenas conservas y confituras frutales y también ha llevado a muchos especialistas a demonizar estos alimentos. En la antigüedad para los pasteleros las confituras frutales eran la base de su negocio, **todos los pasteles y postres del año estaban basados en la combinación de conservas frutales y frutas frescas** pero hoy en día los dulces ya no están hechos con materia prima de calidad.

Este recetario está diseñado para que te animes a hacer tus propias conservas en casa, usando frutas frescas y que aprendas métodos antiguos y modernos (pero tradicionales) de conservación.



# Conserva de pastel de ciruelas

## Ingredientes

- 2,5kg de ciruelas (1kg picada y 1,5kg en trozos grandes)
- 700/800gr de azúcar blanca organica
- jugo de un Limón
- Opcional: ralladura de medio limón

### Nota:

- Ésta conserva no se envasa en caliente porque la fruta grande está fresca, por lo tanto debes hacer tratamiento térmico
- Para que la textura de tu relleno de pastel sea correcta te recomiendo no modificar la receta

## Paso a paso

1. Picamos en cubos pequeños la primera parte de las ciruelas y las colocamos en una olla con el azúcar y el jugo de limón
2. Llevamos la mezcla a fuego fuerte, esperamos que hierba y revolvemos hasta que notemos que la fruta está blanda, este paso puede tardar entre 10 y 15 minutos, no debemos dejar que el azúcar se quemé así que no te vayas lejos.
3. Cuando está lista mixeamos o licuamos la preparación, queremos obtener una salsa espesa.
4. Reposamos
5. Cortamos el resto de las ciruelas en gajos medianos, serán los que se verán en nuestro pastel luego, yo no retiro la cáscara, pero si no te gusta puedes sacarla
6. Mezclamos todas las ciruelas frescas con la preparación anterior.
7. Obtendremos una mezcla heterogénea de ciruelas enteras y una mermelada semi líquida. Éste es el momento de agregar la ralladura de limón o naranja si te gusta el aroma.
8. Enfrascamos dejando espacio de cabeza de unos 2 a 3cm ya que la fruta cruda se distiende en el calor.
9. Hacemos tratamiento térmico por 15 minutos y retiramos del agua inmediatamente
10. Se conserva el relleno de pastel por al menos un año
11. Puedes utilizar el relleno para hojaldres, tartas de fruta y postres en general

# Masa frola italiana fermentada

## Ingredientes

- 200gr de mantequilla
- 1 huevo
- 2 yemas
- 50gr de masa madre (fresca o de descarte)
- 90gr de azúcar orgánica o 100gr de miel
- 1 pizca generosa de sal
- 1 cucharadita de bicarbonato
- Esencia o chaucha de vainilla
- Ralladura de un limón
- 370gr de harina blanca

### Nota:

- Puedes agregarle a la masa una cucharada sopera de coco rallado, queda delicioso
- La masa dura en heladera por hasta una semana y se puede congelar ya fermentada para que esté lista para utilizar.

## Paso a paso

1. Retiramos con anticipación la mantequilla del refrigerador, ya que queremos que se ablande.
2. Una vez blanda batimos la mantequilla con el azúcar, la ralladura de limón y la vainilla hasta formar una crema que haya aclarado su color.
3. Agregamos el huevo, las yemas y también la masa madre.
4. Tamizamos la harina sobre la mesada y formamos un hueco en el centro para agregar el batido de la mantequilla
5. Sobre la harina agregamos la pizca de sal y la cucharada de bicarbonato.
6. En el centro colocamos la mantequilla batida con el resto de los ingredientes y con un cornet vamos incorporando la harina hasta formar una masa
7. Nunca debemos amasar, ya que no queremos desarrollar el gluten. Queremos que se forme una masa que se deshaga en la boca.
8. Una vez formada como se muestra en el curso, dejamos fermentar a la temperatura ambiente por seis a ocho horas o, si hace demasiado calor en donde estamos, refrigeramos la masa por un mínimo de 10 horas, pero lo mejor es hacerla de un día para el otro.
9. Cuando esté lista la utilizamos para hacer una pastafrola de membrillo casero, una tarta italiana de ciruelas o incluso galletas.

# Conserva de tarta de manzanas

## Ingredientes

- 2kg de manzanas verdes
- 1 chaucha de vainilla
- 80gr de mantequilla o ghee
- 500gr de miel pura
- jugo de 1/2 Limón
- 1 pizca de sal

### Nota:

- Ésta conserva no se envasa en caliente porque la fruta grande está fresca, por lo tanto debes hacer tratamiento térmico
- Para que la textura de tu relleno de pastel sea correcta te recomiendo no modificar la receta. Puedes aumentar la miel hasta 300gr mas si quieres un relleno mas dulce o agregar azucar
- Al igual que la conserva anterior de pastel de ciruelas se utiliza para rellenar hojaldres, tartas frutales y pasteles dulces

## Paso a paso

1. Separamos 400gr de manzanas verdes y las rallamos finamente enteras con su cáscara
2. En una olla colocamos la mantequilla, la sal, la miel y la manzana rallada y cocinamos hasta que se forme una pasta blanda pero no dejamos que se evapore todo el líquido.
3. Cortamos el resto de las manzanas en cubitos tamaño variado, para que queden tropezones de manzanas en tus pasteles
4. Agregamos las manzanas cortadas a la mezcla anterior, apagamos el fuego
5. Agregamos el jugo del limón y mezclamos bien toda la preparación
6. Probamos para corregir si falta dulzor, mis recetas nunca son demasiado dulces por lo tanto quizás para tu gusto necesite más.
7. Abrimos la chaucha de vainilla en dos, retiramos todas las semillas y las incorporamos a la mezcla.
8. Cortamos las chauchas de tal manera que nos queden 4 pedazos, ya que aproximadamente obtendrás 4 frascos tipo mermelada de ésta cantidad de receta.
9. Colocamos un trozo de cáscara de vainilla en cada frasco y rellenamos con la mezcla
10. Dejamos un espacio de cabeza considerable de 2cm a 3cm para permitir que la manzana cruda tenga espacio para distenderse
11. Cerramos y hacemos tratamiento térmico por 15 minutos
12. Dura un año y queda delicioso en tartas frutales con masa francesa de manteca de cerdo

# Expectativas en una conserva frutal

La cocina es un arte y hay múltiples formas de hacer una receta, sin embargo, estamos casi todos de acuerdo en un par de cosas cuando hablamos de conservas frutales: Deben tener sabor y aroma a la fruta con la que están hechas, deben tener una consistencia correcta, deben tener el color de su fruta de origen (generalmente)

## Color

Aunque no es una regla general se espera que el color de la mermelada se remita a la fruta con la que está elaborada. Las variables que influyen en el color final de una mermelada son:

- La característica de la fruta. Por ejemplo los membrillos se oxidan a medida que se cuecen dejando un color rojizo y eso está muy bien.
- Tiempo de cocción. Por ejemplo si nos pasamos en el tiempo de cocción en una mermelada de duraznos o de frutillas el color resultante será oscuro, amarronado y su aroma y sabor podrá verse arruinado
- De los recipientes que utilices.
- Agregado de acidez. Por ejemplo en una mermelada de manzanas rojas es muy bueno agregar un pequeño chorrito de jugo de limón para evitar la oxidación, las manzanas verdes no lo necesitan porque tienen naturalmente una carga de ácido en ellas.

## Azúcar

- Cantidad azúcar utilizado. El azúcar actúa como conservante y también como protector del color de las frutas, mientras menos dulce lleve una confitura menos meses durará con un color brillante y sabor fresco.
- Tipo de azúcar utilizado. La miel y el azúcar blanco no cambian el color de la fruta original así que me encanta usarlas para mermeladas con colores claros como duraznos, frutillas, frambuesas y manzanas.



Los azúcares integrales como el mascabo, panela o pasta de dátiles aporta un color oscuro que no debería significar un problema en mermeladas oscuras como las de arándanos, zarzamoras o ciruelas

### Acidez

- No debemos agregar acidez porque si, menos cuando la fruta que empleamos ya tiene cantidades correctas de ácido natural porque una mermelada con un pH demasiado ácido también puede sufrir un oscurecimiento temprano
- Las mermeladas se ayudan de la acidez para activar la pectina de la fruta y por lo tanto felicitar, muchas llevan un poco de jugo de limón no porque lo necesiten por seguridad, sino porque la activación de la pectina (que sucede por debajo del pH 3,6) así lo requiere.



# Mermelada de frutas horneadas

## Ingredientes

- 700gr de ciruelas (se pueden usar duraznos, arándanos, caquis, damascos, peras y manzanas)
- 150gr de miel
- 1 pizca de sal
- 1 cucharada sopera de jugo de limón si usas arándanos o peras

### Variación:

- Agrega vino tinto, hojas de salvia y sal gruesa para obtener una barbacoa de ciruelas deliciosa
- Agrega aceto balsámico, dientes de ajo y mostaza de dijón para una salsa perfecta para un cerdo horneado y recetas con panceta ahumada o lardo

### Nota:

- Cuando retiramos la mermelada del horno al estar en una superficie con gran entrada de aire, vamos a perder temperatura demasiado rápido y por más que en un inicio haya estado muy caliente, debemos hacer tratamiento térmico al envasar cada frasco.

## Paso a paso

1. En una fuente de horno colocamos toda la fruta que puede estar pelada o con cáscara dependiendo cuál sea y como te guste más. Dentro del curso te muestro ambas opciones utilizando ciruelas.
2. Sobre las frutas colocamos la miel pura y llevamos al horno entre 220 de 250 °C
3. Luego de 15 minutos de horneado debemos revolver con una cuchara de madera para girar la fruta
4. Horneamos 20 minutos más y si retiramos la fuente del horno notamos que la fruta está lo suficientemente tierna como para pisarla con una cuchara y que se forme la mermelada o mixearla un poco, entonces retiramos del horno.
5. En este punto puedes elegir si quieres mixear y que quede una mermelada lisa o romper la fruta con la cuchara dejando tropezones de fruta entera y algunas cáscaras, a mí me gusta de las dos maneras y hago diferentes versiones
6. Envasamos en frascos y si aún está caliente no dejamos espacio de cabeza
7. Realizamos tratamiento térmico por 15 minutos recordando siempre que se empiezan a contar los minutos después de que se nota la ebullición.

# Mermelada básica de duraznos

## Ingredientes

- 1kg de duraznos
- 1 cucharada de jugo de limón
- 650gr de azúcar (ésta mermelada es más alta en azúcar porque busca ser una mermelada más convencional de cocción rápida)
- 1 pizca de sal

## Paso a paso

1. En una olla colocamos los duraznos con cáscaras cortados en pequeños cubos con la pizca de sal
2. Tapamos la olla y dejamos que suelten jugo y se ablanden varios minutos, lo hacemos para acortar el tiempo que pasan con el azúcar para evitar que se oscurezca la mermelada y, por el contrario, quede dorada y preciosa
3. Agregamos el azúcar, revolvemos y dejamos cocinar a fuego fuerte por 10 minutos, debemos revolver de vez en cuando para que no se quemé en el fondo.
4. Enfrascamos en caliente y podemos usar el método directo, no es necesario girar los frascos ni hacer tratamiento térmico. Dura dos años en la alacena

# Mermelada de frambuesas (método francés)

## Ingredientes

- 1kg de frambuesas, pueden estar congeladas
- 400gr de azúcar o miel
- 1 cucharada de jugo de limón

## Paso a paso

1. Mezclar en una olla las frambuesas con el azúcar, tapar y reposar por al menos 2hs
2. Cuando hayan soltado líquido prender el fuego de la hornalla al máximo y revolver mientras se cocina constantemente ya que es una mermelada que debe hacerse rápido para que preserve los azúcares y sabores naturales de la frambuesa
3. Luego de unos 15 minutos debería estar más espesa, pero dependerá de el grosor y el material de la olla que estás utilizando, para esas cantidades de fruta puede ser incluso menos si tienes una olla fina de cobre típicas de las que se utilizan para hacer dulces y mermeladas
4. Puedes utilizar el método del platito para asegurarte que está lista
5. Enfrasca en caliente con el método directo si estás
6. Dura hasta 2 años en tu despensa

# Pectina casera

## Ingredientes

- 1kg de cáscaras y corazones de manzanas verdes o membrillos
- 4 a 6 tazas de agua
- jugo de un limon grande o dos limones chicos (también usaremos las cascaras)
- 1 taza de azúcar (opcional, pero ayuda a la conservación)

### Nota:

- Se utiliza para mermeladas que pueden necesitar una ayuda con la consistencia
- Se utiliza 1 taza por cada kg de fruta
- Yo preparo unos 6 frascos de mermelada al año, la verdad es que casi no la uso!

## Paso a paso

1. En una olla pon el agua y las frutas, las cáscaras de limón y su jugo, agrega el azúcar y asegúrate que el agua tape las frutas, sino agrega mas
2. Lleva a ebullición y luego reduce el fuego. Cocina a fuego lento durante 30-45 minutos, removiendo de vez en cuando. Las manzanas y/o membrillos deben estar muy blandos.
3. Una vez que estén cocidos quítalos del agua y ponlos en una tela, de esas que se utilizan para colar yogurt y pasar leches vegetales.
4. Espera unos minutos que baje su temperatura, mientras tanto sigue cocinando el liquido a fuego lento
5. Exprime muy bien los secos dentro de la tela, tanto que suelten casi toda la pectina que quede en ellos y vuelca ese líquido, que casi seguro está algo turbio por la carne de la fruta a la olla donde la pectina se sigue cosinando
6. Ahora sube el fuego, debes reducir a la mitad el liquido y esperar que la consistencia sea un poco mas espesa, para chequear puedes usar el método del platito
7. Tu pectina esta lista, puedes refrigerarla por dos semanas, congelarla por un año o hacer tratamiento térmico y conservarla a baño mária por hasta 1 año
8. Si congelas la pectina en un frasco de vidrio no debes llenarlo mas que un 70% de su capacidad para que no explote durante la congelación



# Mermelada siciliana de duraznos, miel, vainilla y limones curados en sal

## Ingredientes

- 2kg de duraznos
- 800gr de miel o 900gr de azúcar
- 2 limones curados en sal
- 1 chaucha de vainilla fresca
- 1 cucharada de agua de los limones curados (que deben tener fermentando para usarse aquí al menos 3 meses para que el líquido se ponga espeso gracias a los aceites esenciales de las cáscaras)

### Nota:

- Aproximadamente salen 8 frascos tamaño mermelada pero esto puede variar, ya que depende del tamaño de tus limones
- Antes de enfrascar prueba la mermelada por si necesitas agregar más dulce

## Paso a paso

1. En un olla pon el agua a hervir. Corta en cruz los extremos del durazno y sumérgelos en el agua por un minuto
2. Retíralos, déjalos enfriar y retírales la cáscara
3. Corta en cubitos la carne de los duraznos y combínala en un bowl con la miel y deja reposar la mezcla por varias horas hasta que los duraznos suelten jugo o incluso toda la noche.
4. Retira los limones curados de tu frasco y lávalos muy bien en agua para retirar el exceso de sal
5. Corta los limones curados en finísimas láminas cuidando de retirar cualquier semilla. Pueden también cortarse en pequeños cubitos, deben ser sumamente pequeños. agrega los limones a la olla con duraznos y miel
6. A fuego fuerte cocina la mezcla, tardara entre 20 a 30 minutos y no debes irte de al lado ya que debes remover el fondo seguido para que no se quem
7. Cuando tenga una textura espesa y pase la prueba del platito estará lista. Prueba la mermelada, chequea si está bien de dulzor o quieres agregar más miel o azúcar.
8. Apaga el fuego , espera unos minutos a que la mezcla pierda temperatura y agrega la cucharada de agua de limon curado
9. Abre la vainilla y agrega las semillas a la mermelada. Revuelve
10. Corta la cáscara de vainilla en 8 laminas pequeñas para colocar un pedacito en cada frasco
11. Rellena los frascos y ciérralos
12. Haz tratamiento térmico por 10 minutos
13. Retira los frascos del agua y déjalos atemperar por 8hs antes de guardarlos.

# Dulce de zarzamoras silvestres y ron

## Ingredientes

- 1kg de zarzamoras (u otro fruto rojo como frambuesas, arándanos, etc)
- 350 a 500gr de azúcar mascabo (también llamada panela o piloncillo) puedes usar más si quieres tu mermelada más dulce, eso muchas veces varía según si la fruta está muy ácida o no
- 100ml de ron
- Jugo de medio limón

### Nota:

- Si la mermelada genera mucha espuma mientras está cocinándose agrega una cucharada sopera de mantequilla y revuelve, eliminará la espuma.

## Paso a paso

1. En una olla volcar la zarzamoras ya lavadas y el resto de los ingredientes. Prender el fuego fuerte y comenzar a revolver para que todo se integren.
2. Cocinar sin dejar de revolver con una cuchara de madera o espátula de goma para que no se quemé la base de la olla, esto puede tardar aproximadamente 20 minutos dependiendo el material de tu olla, si es más fino tardará menos y si es más grueso un poco más.
3. Para chequear si la mermelada está lista podemos poner una cucharada arriba de un plato frío y si al enfriarse queda espesa o al separarla con una cuchara no se vuelven a unir sus partes ni sueltan un almíbar entonces la mermelada de esta lista y podemos apagar el fuego.
4. Ya debemos tener listos nuestros frascos que deben estar lavados pero no necesariamente hervidos. Vamos a colocar la mermelada aún hirviendo dentro de cada frasco e inmediatamente luego vamos a taparlos para hacer un método directo, o si tus frascos son de aro, puedes realizar tratamiento térmico por 10 minutos
5. Recuerda que no debes dejar casi espacio de cabeza su la mermelada está caliente a la hora de envasar
6. No debemos tocar los frascos por al menos ocho horas o hasta que hayan perdido completamente su temperatura y luego de eso ya podemos ponerlos en un estante en la alacena para guardarlos por hasta dos años. Una vez abierto dura un mes refrigerado.

# Mermelada de piña y mango

## Ingredientes

- 1 ananá (o piña) aproximadamente 500gr
- 1 mango grande aproximadamente 700gr
- Ralladura de 1 limón o lima
- 500gr de azúcar o miel
- 2 cucharadas de jugo de limón

### Nota:

- Puedes usar una taza de pectina casera si quieres que sea mas espesa la mermelada, yo no creo que la necesite!

## Paso a paso

1. Corta el mango y el ananá en pedazos pequeños, mézclalos en la olla con el azúcar y déjalos reposar para que larguen sus jugos
2. Lleva la olla al fuego fuerte, agrega el limón, la pectina y cocina por 20 minutos sin apartarte demasiado
3. Chequea la textura con el método del platito y si le falta cocina por 10 a 15 minutos más
4. Apaga el fuego, agrega la ralladura del limón y rellena rápidamente los frascos que no necesitarán tratamiento térmico si se hace el envasado directo
5. Si quieres realizar tratamiento térmico solo necesitas 5 a 10 minutos

# Arándanos en almíbar de miel

## Ingredientes

- 2kg de arándanos
- 300gr de miel
- 500ml de agua
- Opcional: cáscaras de limon cortadas en cintas para aromatizar, una para cada frasco

### Nota:

- Puedes usar ésta receta para higos, frutillas, frambuesas, caquis, zarzamoras y grosellas.

## Paso a paso

1. En una olla combinar la miel y el agua, calentar a fuego fuerte hasta que rompa hervor
2. Mientras tanto rellenar frascos con los arandanos dejando 1cm de espacio de cabeza. Si agregas la cascara de limón cuida que no tenga mucho de la parte blanca (albedo), ésta puede dejar sabores amargos en la preparación
3. Cuando el sirope haya hervido volcarlo cuidadosamente sobre los arándanos cubriéndolos
4. Cierra los frascos y realiza tratamiento térmico por 10 minutos
5. Duran 6 meses

# Edulcorante de stevia casero

## Ingredientes

- Hojas de stevia secas
- agua
- opcional: vodka

### Nota:

- Dura varias semanas en la heladera si agregas el alcohol pero sino solo unos días refrigerado. Siempre puedes congelarlo

## Paso a paso

1. En una olla coloca las hojas de stevia y el agua. En volumen el agua siempre debe cubrir las hojas
2. Cocina a fuego lento con la olla destapada por al menos 30 minutos a 40 minutos.
3. Retira las hojas del agua y cocina hasta reducir el liquido a la mitad para que se concentre el dulce
4. Filtra. Si quieres que dure mas tiempo puedes agregarle un 10% del liquido en vodka, pero no es necesario tambien puedes congelarlo.

# Mermelada integral de membrillos

## Ingredientes

- 2kg de membrillos
- 700gr de azúcar mascabo (ese es el minimo, pero puedes usar más)
- jugo de 1 limón

## Paso a paso

1. Cortar los membrillos dejando atrás corazones y semillas, no los descartes, los usaremos luego
2. Hervir los gajos de membrillo en agua hasta que estén blandos, retirar
3. En esa misma agua hervir los corazones y restos de membrillo que reservamos antes hasta que se reduzca el nivel de liquido a la mitad y se haya tornado de un color rojizo. Incluir cualquier semillita del limon que estamos usando y tambien el jugo de ese limón
4. Retirar todos los sólidos del liquido resultante, no deben quedar semillas ni restos
5. Incorporar los membrillos ya hervidos, mísica para formar un puré.
6. Agregar el azúcar a la pasta y cocinar a fuego lento por al menos 1 hora o hasta que tenga el color deseado y la textura que te guste, usa el método del platito

# Mermelada rústica de pera y vainilla

## Ingredientes

- 1,5kg de peras dulces
- 400gr de miel o azúcar integral
- 1 y 1/2 taza de pectina casera (opcional)
- 1 chaucha de vainilla o 1 cucharada sopera de la mejor esencia
- 2 cucharadas de jugo de limón
- ralladura de 1 limón

### Nota:

- Puedes hacer esta mermelada con manzanas rojas y queda deliciosa, en vez de vainilla la aromatizo con una ramita de canela
- Si usas azúcar integral puede quedarle color a la preparación si eso no te molesta no sería problema
- Ésta mermelada puede ser utilizada como relleno de pastel de peras, lo preparo en otoño con almendras fileteadas y un toque de azúcar impalpable por encima, también hago una versión de un pastel de nueces y mascarpone con ésta mermelada que queda increíble!

## Paso a paso

1. Corta finamente 1kg de las peras, yo les dejo la cáscara
2. Coloca las peras en una olla con la miel, la pectina, y el jugo de limón
3. Tapa la olla, y cocina a fuego lento por 20 minutos para que las peras suelten su jugo y se ablanden
4. Con un pisa papas rompe todos los pedazos grandes dejando como resultado un puré espeso
5. Corta los 500gr restantes de peras en pequeños trozos, no los cortamos anteriormente para que no se oxide su color, agrégalos a la olla. No queremos que se deshagan del todo para que queden tropezones de peras
6. Cocina por 15 a 20 minutos más a fuego lento con la olla destapada
7. Agrega las semillas chaucha de vainilla o la esencia (si estas utilizando manzanas sería la canela molida)
8. A las cáscaras colócales en los frascos que usaras para envasar luego (si la mermelada es de manzana coloca un pedacito de rama de canela en cada frasco)
9. Agrega la rayadura de limón
10. Envasa la mermelada en caliente sin dejar espacio de cabeza y realiza un cierre directo
11. Si tus frascos son de aro realiza un tratamiento térmico de 10 minutos.
12. Dura 1 año en la despensa
13. Pueba ésta mermelada con queso crotin de cabra, camembert o brie acompañado por una tostada de pan de centeno hecho 100% de masa madre.

# Mermelada de frutillas, stevia y mantequilla

## Ingredientes

- 1kg de frutillas (puedes usar duraznos, ciruelas, arándanos, zarzamoras, cerezas dulces, uvas, Damascos, caquis, etc)
- Edulcorante casero de stevia
- 80gr de mantequilla (Opcional)
- 2 cucharadas de jugo de limón
- 1 taza de pectina casera

### Nota:

- Puedes hacer esta mermelada usando mitad stevia pero un poco de miel o azúcar también y de esa manera haces una mermelada muy baja en azúcar pero sin parecerlo.
- Dura 2 a 3 meses en la alacena

## Paso a paso

1. En una olla pon las frutillas cortadas pequeñas, el edulcorante casero, la pectina y el jugo de limón
2. Cocina a fuego fuerte revolviendo constantemente sin tapar para que se evapore el líquido
3. Después de 10 minutos rompe aún más la mezcla con un mixer o con un pisa papas
4. Agrega la mantequilla
5. Cuando tenga la textura que te gusta y hagas la prueba del platito envasa la mermelada en caliente
6. Cierra y deja que se selle de forma directa o si tu frasco es con aro puedes hacer tratamiento térmico por 10 minutos
7. Dura mucho menos que una mermelada normal

