

# Mermelada sin azúcar



## Ingredientes

Para hacer 700 – 800 ml de mermelada:

- Kilo y medio de pera bien madura u otro tipo de fruta madura
- 2 cucharadas de edulcorante (opcional)

Para esterilizar y pasteurizar (y envasado al vacío) :

- Un recipiente alto con agua para cubrir los botes
- 2 botes de cristal con tapa hermética de 350 ml
- Un cucharón y unas pinzas

**Tiempo total:** 45 minutos

(Esterilizado y cocción se hacen al mismo tiempo)

**Cantidad:** 2 botes = 4 - 6 personas



**1** Comenzamos **esterilizando** los botes con una técnica llamada calor húmedo: Para ello ponemos al fuego un recipiente en el que quepan los botes de pie, que llenaremos con el agua suficiente para que cubra los botes y sobren uno o dos dedos de altura. Tapamos para que no salten las burbujas de agua cuando hierva. Cuando comience a hervir el agua colocamos los botes, las tapas y los utensilios que utilizaremos para manipularlos. Tanto los botes como las tapas debemos lavarlos y aclararlos concienzudamente antes de esterilizarlos. **Tapamos y dejamos hervir un mínimo de 20 minutos.** Este tiempo es imprescindible para que los botes queden totalmente esterilizados.

**2** Mientras, lavamos y pelamos la fruta, en este caso las peras, limpiamos las partes que puedan estar dañadas. Cortamos las peras en trozos iguales sobre un cazo. Una vez cortadas, ponemos a calentar el cazo a fuego medio-alto, dándole la vuelta de vez en cuando. Si queremos endulzarla más, este sería el momento de añadir el edulcorante (o el azúcar). **Cocinamos durante unos 8-12 minutos**, hasta que quede blanda (en otras frutas podemos necesitar más tiempo). La pera irá soltando líquido a medida que se va cocinando, por lo que no necesitamos añadir más líquido. **Cuando la pera esté blandita, la trituramos, y la dejamos cocinar otros 5 minutos** y en este punto ya deberíamos tener los botes esterilizados.

**3** Una vez que los botes estén esterilizados, los quitamos del agua con ayuda de un cucharón y unas pinzas y los ponemos a escurrir boca abajo sobre un paño. Cogemos un bote y lo rellenamos con la mermelada, hasta llegar a la zona de las roscas. Tapamos y cerramos apretando firmemente la tapa. Haremos lo mismo con el otro bote. Ahora iniciamos la **pasteurización**, en el que herviremos los botes cerrados y quitaremos parte del aire que queda en su interior. Para ello los colocamos en la cazuela en la que esterilizamos los botes y nos aseguraremos de que los botes quedan cubiertos por el agua. A partir de que comience a hervir contamos 20 minutos. Pasado ese tiempo apagamos y quitamos los botes con ayuda del cucharón y pinzas y dejamos enfriar totalmente, dando la vuelta con la tapa hacia abajo.

**4** Una vez que los botes han enfriado comprobamos que hemos hecho bien el sellado **presionando en el centro de la tapa y ésta no debe moverse**. Veremos que el centro de la tapa queda ligeramente hundida, esto quiere decir que se ha hecho correctamente el vacío. Ahora etiquetamos los botes poniendo su contenido y la fecha de elaboración. Los botes deben guardarse en un lugar seco, resguardado de la luz y del calor. Pueden conservarse durante meses siguiendo las instrucciones que hemos visto. Esta mermelada quedará más bien blanda, ideal para la merienda de los niños. **Si la queremos más espesa, añadiremos una o dos manzanas por cada kilo de fruta.**