

Avec cette **pectine exceptionnelle**, vous aurez le plaisir de confectionner vos propres recettes de confitures et tartinades faibles en sucres. Cette pectine est combinée à l'acérola, un extrait végétal naturellement bien pourvu en vitamine C. Vos délices prendront ainsi un virage santé. Essayez des associations de fruits et explorez de nouveaux parfums.

Pour 1 kg de fruits, vous obtiendrez 5 à 6 bocaux de 250 ml.

RECETTE MODÈLE

1 kg de fruits

1 1/4 tasse d'eau

2/3 tasse (120 g) à 1 1/4 tasse (230 g) de sucre, selon votre goût et l'acidité des fruits

8 g ou 2 c. à thé de pectine (à mélanger avec un quart du sucre : 1/4), réserver

- rendre à ébullition l'eau et le reste du sucre
- ajouter les fruits, les cuire en brassant 4 à 5 minutes, toujours minuter après le retour à l'ébullition vive
- saupoudrer le mélange pectine et sucre en brassant continuellement et cuire pendant 5 à 6 minutes,
- empoter en laissant un espace de tête de 1/8 pouce (3mm) et fermer rapidement
- laisser tiédir les pots, les nettoyer et les étiqueter
- la texture finale apparaîtra au cours des 24 heures suivantes.

Précautions à prendre :

- préparer tout le nécessaire pour la cuisson et l'empotage avant de commencer
- utiliser des bocaux lavés à l'eau savonneuse et bien rincés
- stériliser les bocaux : réchauffer 5 à 6 bocaux de 250 ml ou l'équivalent au four à 175°F (85°C) pendant 20 minutes ou les remplir d'eau bouillante en attendant l'empotage
- dans un bol, ébouillanter les couvercles, la louche de remplissage et une fourchette ou une pince selon le type de couvercle utilisé
- lors de l'empotage, fermer les bocaux au fur et à mesure pour les exposer le moins possible aux contaminants de l'air.

Ainsi préparées, vos tartinades se conserveront bien dans votre garde-manger mais une fois ouvertes, la durée de vie au réfrigérateur est d'un mois.

Des variations dans la texture de vos tartinades peuvent être causées par l'acidité et la teneur en pectine des fruits.

Teneur en pectine et acidité des fruits

Forte teneur en pectine

Cassis
Canneberge
Citron
Framboise
Gadelle ou groseille rouge
Groseille à maquereau
Lime
Orange
Pomme sure
Pomme
Prune
Raisin

Faible teneur en pectine

bleuet
cerise
fraise
mûre
pêche
poire
raisin
rhubarbe
sureau

Haute acidité 2.9-3.3

Canneberge
Cassis
Citron
Framboise
Gadelle
Groseille
Mûre
Orange
Pomme
Prune
Raisin
Rhubarbe

Faible acidité 3.6-3.8

bleuet
cerise
fraise
poire
pomme mûre
sureau

Afin d'obtenir des tartinades à la texture désirée, il est facile de corriger une ou les deux caractéristiques principales lors de la fabrication.

A la recette de base, on ajoutera :

- 1) 1 ½ fois la quantité de pectine si on transforme des fruits à faible teneur en pectine
- 2) 2 c. table de jus de citron ou de vinaigre de pomme si on transforme des fruits à faible acidité
- 3) Il y a nécessairement des variations dans les caractéristiques des fruits. Elles sont liées au stade de croissance, aux variétés et à la maturité des fruits.

Pour plus de détails, communiquer à info@OnlyBlue.ca

