MARÍA



SALSAS Y CONDIMENTOS · VEGANO

Mermelada casera de moras

30min · 12 raciones · 134 kcal

Ingredientes

- **1 kg** moras
- Zumo de 1 limón
- **300 gr** azúcar

POR RACIÓN

Proteínas	1,2 g
Grasas	0,4 g
Hidratos	34 g
Fibra	4,6 g

Elaboración

1. Limpiamos muy bien las moras con agua
2. Añadimos las moras en una cazuela o robot de cocina con el zumo de limón y el azúcar, mezclamos y dejamos a fuego medio, removiendo de vez en cuando, unos 25-30 minutos
3. Pasado el tiempo, lo pasamos por el chino para separar las pepitas de la mermelada
4. Para hacer el vacío, ponemos una cazuela alta con agua hirviendo y los botes dentro, y dejamos hervir unos 15-20 minutos; pasado este tiempo, los sacamos y los ponemos boca abajo para hacer bien el vacío

RECOMENDACIONES

Por gusto personal no pondría nada de azúcar, porque le gusta el puntillo ácido, pero con esta cantidad salen más de 6 botes, así que es el mínimo. Con esta receta salieron 16 botes.

Hecho con CookNest