

Confiture de framboises cuite légère – Cristaux CERTO Léger ☀️



Recette par Kraft

Prép.	Prêt en	Portions
25 min	24 h 25 min	8 pots de 1 tasse (250 ml) ou 128 portions de 1 c. à soupe (15 ml) chacune

ce qu'il vous faut

- 6 tasses de framboises préparées (acheter environ 8 tasses de framboises)
- 1 boîte de cristaux de pectine *Certo Léger*
- 4 1/2 tasses de sucre, divisées

ce qu'il faut faire

Écraser les framboises, une couche à la fois. Passer la moitié de la chair au tamis pour retirer les graines, si désiré. Mesurer exactement 6 t des framboises préparées, puis les mettre dans une grande casserole. Mélanger les cristaux de pectine et 1/4 t du sucre; incorporer aux fruits préparés.

Porter à ébullition à feu vif. Incorporer le reste du sucre. Porter de nouveau à ébullition; cuire 1 min. Retirer du feu. Remuer et écumer 5 min pour empêcher les fruits de remonter à la surface.

Verser dans des pots stérilisés chauds en remplissant jusqu'à 1/4 po du rebord. Fermer avec des couvercles. Laisser reposer à température ambiante 24 h ou jusqu'à ce que la confiture prenne.

Trucs culinaires

Propos culinaires

Nutrition

Portions

8 pots de 1 tasse (250 ml) ou 128 portions de 1 c. à soupe (15 ml) chacune

Utilisez des fruits mûrs et fermes ou des fruits surgelés non sucrés que vous aurez décongelés au réfrigérateur. Les fruits trop mûrs ou en trop grande quantité nuisent à la gélification. Mesurez les fruits avec leur jus.

Savoir-faire Mesurer le sucre avec précision

Pour vous assurer de mesurer le sucre avec précision lorsque vous faites de la confiture, utilisez une tasse à mesurer pour ingrédients secs, puis versez tout le sucre mesuré dans un autre bol avant de l'ajouter au mélange de fruits dans la casserole.

Vie saine

Vie saine

Information nutritionnelle

Portion 8 pots de 1 tasse (250 ml) ou 128 portions de 1 c. à soupe (15 ml) chacune

QUANTITÉ PAR PORTION

Calories	35
----------	----

% de la valeur quotidienne

Matières grasses	0g
-------------------------	-----------

Matières grasses saturées	0g
---------------------------	----

Cholestérol	0mg
--------------------	------------

Sodium	0mg
---------------	------------

Glucides	8g
-----------------	-----------

Fibres alimentaires	0g
---------------------	----

Sucres	8g
--------	----

Protéines	0.1g
------------------	-------------

Vitamine A	0 %VQ
------------	-------

Vitamine C	2 %VQ
------------	-------

Calcium	0 %VQ
---------	-------

Fer	0 %VQ
-----	-------

L'information nutritionnelle est offerte uniquement à titre de renseignement et indiquée en fonction des ingrédients et de la méthode de cuisson de chaque recette. Cette information peut varier selon le mode de préparation du mets, de l'origine et de la fraîcheur des ingrédients.