

Compota de pera, manzana, banana.

Rendimiento: 4 frascos de 250 ml.

Ingredientes:

3 Peras.

3 Manzanas rojas.

1 banana (cambur, plátano).

1 cucharada de jugo de limón recién exprimido

Preparación:

- Las frutas tienen que estar muy bien lavadas.
- Pela las frutas, elimina las semillas y los tallos.
- Corta las frutas en trozos, colócalas en un bol y agrega una cucharada de jugo de limón, revuelve bien.
- Pon las frutas a calentar en una cacerola a fuego bajo.
- Comprueba que tenga el suficiente líquido, si lo ves muy seco puedes agregar un poco de agua.
- Licúa la mezcla, comprueba que tenga el espesor que deseas.
- Prepara los frascos, las tapas y los utensilios, para esterilizar, todo tiene que estar muy bien lavado.
- Coloca los frascos en la olla y cúbrelos con agua, cuando comience a hervir cuenta 15 minutos.
- Has el mismo procedimiento con los utensilios.
- Saca los frascos del agua hirviendo usando los utensilios esterilizados.
- En el agua hirviendo coloca las tapas.
- Rellena los frascos con la compota de frutas que tiene que estar caliente, los frascos se rellenan hasta el cuello, dale unos pequeños golpecitos para extraer las burbujas.
- Tapa el frasco con su tapa, no es necesario apretar.
- Devuelve el frasco al agua caliente, no es necesario que el agua cubra los frascos.
- Esteriliza nuevamente toda la preparación por 20 minutos.
- Retira los frascos de agua hirviendo dale unos pequeños golpecitos, para extraer cualquier posible burbuja y cierra muy bien el frasco.
- Déjalos enfriar completamente hasta el día siguiente.
- Etiqueta los frascos con el contenido y la fecha de elaboración.
- Al abrirlos, si no se consumen completamente hay que guardarlos en la nevera por 24 horas.