



GELEIA DE MORANGO CASEIRA

Prática e muito fácil de fazer, esta geleia de morango vai muito bem com torradas e biscoitos. Ela ainda pode ser usada em tortas e outras preparações. Uma tentação! OBS: Você pode conservar a geleia pronta por até 2 meses, fechada a vácuo, em temperatura ambiente; por até 6 meses no congelador e após aberta por até 1 mês na geladeira.

-  10 minutos
-  1 hora
-  15 colheres de sopa

INGREDIENTES

- 450 gramas de morango
- 1 xícara de chá cheia de açúcar mascavo (170 g)
- 1/2 unidade de suco de limão, cru (24 g)

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Lave bem os morangos sob água corrente, retire as folhas e transfira para uma tigela. Cubra com água e deixe de molho por 10 minutos. Em seguida, retire os morangos em vez de escorrer a água - assim as "sujeirinhas" ficam no fundo da tigela.
- 2º Numa panela média, coloque os morangos, o caldo de limão e o açúcar. Leve ao fogo baixo e deixe cozinhar por cerca de 30 minutos, mexendo de vez em quando, até formar uma calda grossa e os morangos ficarem bem macios.
- 3º Com uma concha, transfira a geleia ainda quente para um pote de vidro esterilizado, deixando cerca de 2 cm até a tampa livre. Feche o potes com a geleia quente para formar vácuo.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

| | POR 100 g | POR COLHER DE SOPA (20 g) | % DDR |
|--------------------|-----------|---------------------------|-------|
| ENERGIA | 120 kcal | 24 kcal | 1 % |
| CARBOIDRATOS | 31 g | 6 g | 2 % |
| PROTEÍNA | 1 g | 0 g | 0 % |
| GORDURA | 0 g | 0 g | 0 % |
| GORDURAS SATURADAS | 0 g | 0 g | 0 % |
| FIBRA ALIMENTAR | 1 g | 0 g | 1 % |
| SÓDIO | 7 mg | 1 mg | 0 % |