






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 %