

MERMELADA DE PIÑA CON HABANERO

 83.8 Cucharaditas

INGREDIENTES

- 500 gramos de piña picada
- 1/2 pieza de manzana (69 g)
- 20 gramos de endulzante sin calorías, o al gusto con moderación
- 1 pieza de chile habanero (16 g)

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Ponga en el vaso la piña, las manzana, chile habanero y el azúcar. Sitúe el recipiente Varoma destapado en su posición en lugar del cubilete y programe 35-40 min/Varoma/vel 1.
- 2º Compruebe el punto de cocción de la mermelada (ver sugerencias), vierta inmediatamente la mermelada en tarros de mermelada lavados con agua caliente y ciérrelos en el acto. Ponga los tarros con la tapa hacia abajo y déjelos así 10 minutos antes de darles la vuelta y dejarlos enfriar. Sirva la mermelada o guarde los tarros en un lugar fresco y seco..

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR CUCHARADITA (7 g)	% DDR
ENERGÍA	48 kcal	3 kcal	0 %
GRASA	0 g	0 g	0 %
GRASAS SATURADAS	–	–	–
COLESTEROL	–	–	–
SODIO	–	–	–
H. CARBONO	13 g	1 g	0 %
AZÚCARES	9 g	1 g	–
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	0 g	0 %
PROTEÍNA	1 g	0 g	–