

MERMELADA DE KIWI Y MANZANA

MERMELADA DE KIWI Y MANZANA



Uno de los desayunos más típicos aquí en España suele estar compuesto por un café con leche, un zumito de naranja y unas tostadas de pan normal o de molde, donde solemos untar mantequilla o queso (en mi caso soy adicta al Philadelphia) y un poco de mermelada. A muchos de vosotros ¿os suena verdad? ¡Que rico está! Siempre es una buena manera de comenzar la jornada diaria con las pilas cargadas de energía.

Como habréis observado, la entrada de hoy va dirigida en su totalidad a uno de estos componentes de nuestra ingesta mañanera, la mermelada. ¿Y que es la mermelada exactamente? Pues bien, podríamos definirla como una conserva de fruta cocida en azúcar. ¿Y es complicado hacerla de forma casera? Os contesto que para nada, teniendo en consideración

algunos aspectos básicos podréis ver que no tiene ciencia ninguna elaborarla, solo necesitamos la fruta que mas nos guste, azúcar y un chorrito de zumo de limón.

¿Qué criterios debemos de tener en cuenta para obtener una buena mermelada? Los siguientes:

- La fruta debe de estar en su estado óptimo, ni virgen, ni muy madura, un termino medio, y por supuesto, siempre en buen estado.
- Hay muchos tipos de fruta, y uno de los componentes de la misma que nos ayuda a obtener la textura de la mermelada es la PECTINA, una fibra natural que al reaccionar con el azúcar y con un ácido, le dan esa consistencia gelatinosa. Hay frutas que tienen mucha pectina y otras que tienen poca (por ejemplo el albaricoque, la fresa y los melocotones), por lo tanto para hacer mermelada de estas últimas conviene añadir un poco de pectina externa.
- La cantidad de azúcar es muy importante, ya que si añadimos poca la mermelada nos podría quedar muy liquida y con mal aspecto. Podemos reducirlo algo como yo he hecho para que no quede tan dulzona pero aún así no demasiado.
- Es conveniente utilizar un elemento ácido como es el limón, ya que nos ayuda a conservarla y darle la textura adecuada.
- Podría señalar que la cocción manual también es muy importante. Debemos de encontrar el punto adecuado para pararla. Si disponemos de un termómetro de cocina ese punto se hallará en el momento en que durante el proceso nos marque 100°. Otra forma es coger una pizca de la mermelada y darle la vuelta a la cucharilla. Si gotea de forma liquida aun le queda tiempo de cocción. A ojo le iremos cogiendo el truco.
- Recomiendo esterilizar siempre los envases donde vamos a introducirla para su mejor conservación. Una mermelada bien hecha nos puede durar meses, prácticamente un año.

Después de tener en cuenta estos consejillos vamos ahora con la práctica. En este caso he elaborado una mermelada de dos frutas mezcladas, el kiwi y la manzana. Resulta muy sabrosa y ligera, toda

una tentación para nuestros desayunos o meriendas.

INGREDIENTES

- 520 g de kiwi.
- 350 g de manzana.
- 450 g de azúcar (moreno o normal).
- 1 cda de zumo de limón.

DE FORMA TRADICIONAL

La mermelada es muy sencilla de elaborar, lo único que necesitamos es un cazo y estar muy atentos para que no se nos pegue el azúcar en la cocción que suele ser un error muy habitual. Si tenemos fruta de temporada, que a veces nos suelen regalar familiares o conocidos en cantidades, es una forma de aprovecharla y darle salida antes de que se nos estropee.

ELABORACIÓN

1. Lo primero de todo que vamos a hacer es pelar toda la fruta, tanto las manzanas como los kiwis, sacarle las pepitas y trocearla en pequeño. La cantidad que he marcado arriba es la que debemos obtener una vez reducida.
2. Cogemos un cazo e introducimos dentro toda la fruta junto con el azúcar y el zumo de limón. Dejamos que macere un par de horas.
3. Una vez macerado, vamos a darle un golpe de batidora para reducir toda la mezcla. Llevamos el cazo a fuego intermedio, y vamos revolviendo de tanto en tanto para evitar que se nos pegue el azúcar durante la cocción. Nos puede llevar aproximadamente una media hora, pero podemos encontrar el punto de cocción óptimo sumergiendo un termómetro de cocina, cuando éste nos marque 100º o bien cogiendo una cantidad de mermelada ínfima con una cucharilla y dándole la vuelta. Si vemos que

gotea le falta cocción, sino a ojo lo iremos comprobando.

4. Ahora que ya está lista la mermelada podemos proceder a envasarla. Si vemos que está poco reducida podemos darle otro golpe de batidora, eso va al gusto de cada uno. Antes de envasar recomiendo esterilizar los botes y una vez que los hemos rellenado cocerlos al baño maría cubiertos de agua durante unos quince minutos mínimo para hacer el vacío.

CON THERMOMIX

A la hora de hacer la mermelada con la thermomix tenemos una gran ventaja, que no tenemos que estar pendientes de revolver para que se nos pegue el azúcar. Introducimos los ingredientes y nos despreocupamos. Podemos utilizar cualquier tipo de fruta, yo en este caso opté por kiwis y manzanas porque tenemos cantidades que nos han regalado de temporada y así les damos provecho antes de que se estropeen. Si ya tenemos esterilizados los envases vamos a proceder con su obtención.

ELABORACIÓN

1. Pelamos toda la fruta, los kiwis y las manzanas, les quitamos las pepitas y la troceamos entera. La cantidad de la receta que he marcado arriba corresponde una vez que tenemos reducida la fruta. Vamos introduciéndola en la thermomix y cuando obtengamos esa cantidad añadimos el azúcar y el zumo de limón y trituramos unos 15 segundos a velocidad 4.
2. Colocamos el cestillo en el lugar del cubilete para que la mezcla evapore mejor y programamos posteriormente unos 50 minutos a 100° en velocidad 3. Una vez transcurrido el tiempo observamos como está la textura, cogemos una cucharada y la ponemos sobre la encimera. Enfría enseguida y es en ese momento donde veremos su consistencia final, si deseamos que esté más espesa ponemos unos minutos más la thermo y si no nos gustan los grumos le damos unos golpes de turbo para triturarla.
3. Ahora que tenemos la mermelada lista podemos envasarla. Debemos

esterilizar los envases de antemano siempre y una vez rellenos y bien cerrados cocerlos unos quince minutos mínimo cubiertos de agua al baño maría para hacer el vacío. De esta forma tan sencilla obtenemos una buena mermelada casera.

Si os apetece, podéis seguirme en mis otras redes sociales:

<https://www.instagram.com/almudenaalvarezperez/>

<https://www.facebook.com/midulcepecado4/>