

Şekersiz Kayısı Reçeli

Elma suyu, pekmez ve doğal tatlandırıcılarla lezzetli şekersiz kayısı reçeli yapın. Evde kolay hazırlanabilen sağlıklı kahvaltı sürülebilir.

30 min

HAZIRLIK

1h

PIŞIRME

1h 30min

TOPLAM

4

PORSİYON

Medium

ZORLUK



Malzemeler

- 4.4 libre kayısı
- 3 yemek kaşığı pekmez
- 2 bardak elma suyu
- 2 çay kaşığı limon tuzu

Yapılışı

1 Kayııları hazırlayın

2 kg kayısıyı soğuk akan su altında iyice yıkayın. Her kayısıyı ikiye bölerek ve yarımları birbirinden ayırarak çekirdeklerini çıkarın. Her kayısı yarısını dörde bölerek büyük bir kaseye koyun.

2 Elma suyunu konsantre edin

2 bardak elma suyunu kalın tabanlı bir tencereye dökün ve orta ateşte kaynatın. Ateşi orta-kısığa alın ve elma suyu altın amber rengine dönene ve yarıya inene, yaklaşık 1 bardak kalana kadar 15-20 dakika kaynatın.

- 3 Reçeli pişirmeye başlayın**

Dörde bölünmüş kayısıları konsantre elma suyuna ekleyin. Yapışmayı önlemek için ara sıra karıştırarak orta ateşte hafifçe kaynatın.
- 4 Ateşi kısık alın ve kayısılar yumuşayıp parçalı parçalar halinde dağılmaya başlayana kadar sık sık karıştırarak 20-25 dakika pişirin.**
- 5 Baharatları ekleyin ve bitirin**

3 yemek kaşığı üzüm pekmezi ve 2 çay kaşığı tuzu karıştırın. Karışım koyulaşana ve ahşap kaşığının arkasını hızlıca damlamadan kaplayıp durana kadar sık sık karıştırarak kısık ateşte 15-20 dakika daha pişirin.
- 6 Pişme derecesini test edin**

Küçük bir tabağı 2 dakika dondurucuya koyarak, sonra soğuk tabağa bir çay kaşığı reçel damlatarak kıvamı test edin. Şeklini korur ve eğildiğinde akıyorsa reçel hazırdır.
- 7 Soğutun ve saklayın**

Ateşten alın ve sıcak reçelin cam kavanozları çatlatmasını önlemek için tencerede 5 dakika soğumaya bırakın. Üstte ½ cm boşluk bırakarak temiz, sterilize edilmiş kavanozlara aktarın.
- 8 Kapakları sıkıca kapatmadan önce oda sıcaklığında 2 saat tamamen soğutun. 3 aya kadar buzdolabında saklayın veya raf muhafazası için 10 dakika kaynar su banyosunda işlem yapın.**

Besin Değerleri

275	5g	68g	3g	8g	58g	19mg
KALORI	PROTEİN	KARBONHİDRAT	YAĞ	LİF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

Bitmiş reçelinizde en iyi dokuyu sağlamak için olgun ama yine de sert olan kayısıları seçin. Fazla olgun meyveler pişirme sırasında ezilip dağılabilir.

Maksimum raf ömrü ve gıda güvenliğini sağlamak için doldurma öncesinde kavanozlarınızı ve kapaklarınızı 10 dakika kaynar suda sterilize edin.

Yapışmayı önlemek ve karışım boyunca eşit ısı dağılımını sağlamak için pişirme sırasında reçeli sık sık karıştırın.

Pişirme sırasında tatlılık seviyesini test edin ve yavaş yavaş daha fazla pekmez ekleyerek ayarlayın — sıvı azaldıkça tatlılığın yoğunlaşacağını unutmayın.

Berrak, profesyonel görünümlü bir son ürün sağlamak için pişirme sırasında yüzeyde oluşan köpüğü temiz bir kaşıkla alın.

Meyve parçalarının üste çıkmasını önlemek için kavanozlara aktarma öncesinde reçelin tencerede 5 dakika soğumasını bekleyin.

Optimal muhafaza için kavanozlarınızı tarih ve içerikle etiketleyin ve serin, karanlık bir yerde saklayın.