Jeleu natural din fructe

Jeleul din fructe realizat acasa este alternativa sanatoasa a jeleurilor din comert, ce contin conservanti si coloranti alimentari.

Timp de preparare: 10 minute

Ingrediente:

- 250ml suc de portocale
- 1 plic gelatina (puteti folosi agar-agar)
- Miere – dupa gust (sau zahar sau orice alt indulcitor)

Mod de preparare:

1. Puneti jumatate din cantitatea de suc de portocale la incalzit. Lichidul nu trebuie sa fiarba, ci doar sa se incalzeasca. Adauga plicul de gelatina, amesteca si lasa-l pentru aproximativ 10 minute sa se dizolve.
2. Dupa cele 10 minute, pune sucul in care ai dizolvat gelatina in restul de suc si amesteca, gusta si adauga miere daca nu e suficient de dulce, apoi toarna in formele preferate
3. Pune formele in care ai turnat jeleurile la frigider pentru cateva ore (cel putin 2 ore), pana cand se intaresc complet. Serveste jeleurile de casa ca atare sau presarate cu zahar.

Sfaturi utile:

∗Este foarte important sa respectati gramajele, in functie de ceea ce scrie pe plicul de gelatina sau pe cel de agar agar. In functie de acest lucru jeleurile se vor lipi sau nu de forma.

∗Poti folosi in aceeasi masura sucul de la orice alt fruct (ex: fructe de padure, mar, grapefruit, mango, capusi, ananas)

∗Daca nu ai forme haioase de silicon pentru jeleuri, poti folosi tavile pentru gheata.

Informatii despre gelatina:

Gelatina este o materie proteică formată dintr-un șir de aminoacizi (glicină, prolină, alanină, valină, hidroxiprolină) cu masa molară medie de cca. 60000. Se prepară (sub formă de pulbere sau foi incolore sau gălbui) din oase, răzături de piele, cartilaje, prin fierbere. Gelatina absoarbe apa în cantități care depășesc de 10 ori masa ei proprie. Se dizolvă în apă caldă, formând soluții coloidale. Gelatina este folosită în industria alimentară, la fabricarea hârtiei, în industria fotografică, în medicină, ca mediu nutritiv pentru cultivarea bacteriilor.