Fruta en almíbar: como hacerla y envasarla

Ingredientes

Para 3 botes de 350 - 400 cc :

- 6 piezas de pera u otro tipo de fruta medianas, maduras y firmes
- 6 cucharadas de azúcar: 2 por cada bote
- Chorro de limón

Para envasar al vacío :

- Un recipiente alto con agua para cubrir los botes
- 3 botes de cristal con tapa hermética de 350 ml
- Un cucharón y unas pinzas



Sobre esta receta

Hoy veremos cómo hacer y envasar al vacío la fruta en almíbar. En esta ocasión haremos pera en almíbar, aunque podemos hacerlo con otra fruta como melocotón, piña, manzana... Aprenderemos la técnica del envasado al vacío con todos los trucos necesarios para dominarla. El envasado al vacío nos permitirá conservar frutas y hortalizas, comida cocinada, compotas y mermeladas.

Preparación

- Comenzamos esterilizando los botes con una técnica llamada calor húmedo. Para ello ponemos al fuego un recipiente en el que quepan los botes de pié, que llenaremos con el agua suficiente para que cubra los botes y sobren uno o dos dedos de altura. Taparemos para que no salten las burbujas de agua cuando hierva. Cuando comience a hervir el agua colocamos los botes, las tapas y los utensilios que utilizaremos para manipularlos. Tanto los botes como las tapas debemos lavarlos y aclararlos concienzudamente antes de esterilizarlos. Tapamos y dejamos hervir un mínimo de 20 minutos. Este tiempo es imprescindible para que los botes queden totalmente esterilizados.

Preparamos la fruta

- Una vez que los botes estén esterilizados, los quitamos con ayuda de un cucharón y unas pinzas y los ponemos a escurrir sobre un paño boca abajo. Mientras tanto pelamos la fruta, en este caso las peras, dividimos a la mitad y limpiamos quitándoles el corazón y la zona del rabito. Cogemos un bote y ponemos un par de cucharadas soperas de azúcar (mínimo), añadimos un chorro de agua para que se vaya disolviendo. Vamos colocando en el bote las peras que hemos cortado en mitades o cuartos, dependiendo del tamaño del bote. Una vez que tenemos el bote lleno con la fruta, añadimos un chorrito de zumo de limón y completamos el nivel de agua hasta llegar a la zona de las roscas. Tapamos y cerramos apretando firmemente la tapa. Haremos lo mismo con los demás botes.

Fruta en almíbar: como hacerla y envasarla

Pasteurizado

• Una vez que tenemos llenos los botes, necesitamos cocinar la fruta y quitar parte del aire que queda en su interior, para ello los colocamos en la cazuela en la que esterilizamos los botes. A partir de que comience a hervir contamos ente 6 y 10 minutos, dependiendo de la fruta. Nos aseguraremos de que los botes quedan cubiertos por el agua. Para la pera con 6 minutos es suficiente. Pasado ese tiempo apagamos y quitamos los botes con ayuda del cucharón y las pinzas y los dejamos enfriar boca abajo, es decir, dado la vuelta con la tapa hacia abajo. Haremos lo mismo con el resto de los botes, los dejaremos enfriar totalmente en la misma posición: boca abajo. Si notamos que ha quedado algún resto de azúcar pegado en el fondo lo movemos un poco para ayudar a disolverlo.

Conservación

• Una vez que los botes han enfriado totalmente comprobaremos que hemos hecho bien el sellado y que ha quedado hermético. La comprobación es sencilla: presionamos en el centro de la tapa y esta no debe moverse. Visualmente veremos que el centro de la tapa queda ligeramente hundida, esto quiere decir que se ha hecho correctamente el vacío. Ahora sólo nos queda etiquetar los botes poniendo por ejemplo su contenido y la fecha de elaboración. Los botes de fruta en almíbar deben guardarse en un lugar seco, resguardado de la luz y del calor. Pueden conservarse durante meses siguiendo las instrucciones que hemos visto.

Trucos básicos

• Para que los botes queden totalmente esterilizados, debemos asegurarnos de que queden cubiertos de agua. Tenemos que dejarlos hervir un mínimo de 20 minutos. Este tiempo es imprescindible. Incluiremos también los utensilios que necesitemos para el rellenado de los botes: pinzas, cubiertos o cucharas. Antes de esterilizar hay que lavar concienzudamente tanto por el interior como por el exterior, los botes, las tapas y los utensilios a utilizar, aunque sean nuevos. Utilizaremos botes de cristal con tapa de cierre hermético.

• Debemos protegernos la mano con la que agarraremos los botes para su llenado, con un guante para horno. Para retirar los botes resultan de mucha utilidad un cucharón y unas pinzas. Evitaremos tocar el interior de los botes así como sus tapas con las manos para no contaminarlas.

• Es muy importante que cerremos firmemente los botes para evitar que entre aire, para que pueda así formarse el vacío necesario al enfriar el aire del interior. Las tapas no deben tener golpes y deben cerrar correctamente.

• Existe otra técnica en la que aprovechamos que los botes están hirviendo y los alimentos a rellenar recién cocinados para introducirlos directamente en los botes, sin darles tiempo a templar. Con esta técnica ya no sería necesario un hervido posterior al baño María, de esta deliciosa fruta en almíbar.

Más detalles

• Un chorrito de zumo de limón es de ayuda en la conservación y aspecto de nuestra fruta en almíbar, ya que evita que se oxide, es decir, que se oscurezca. Podemos utilizar esta técnica para el envasado de infinidad de productos. Únicamente debemos realizar de forma correcta la esterilización de los botes y la técnica de cocinado de los productos.

Fruta en almíbar: como hacerla y envasarla

- La fruta que utilicemos debe estar madura y también firme. Si está blanda en mejor aprovecharla para hacer una mermelada. Hemos visto cómo envasar al vacío unas peras en almíbar, de este modo podemos aprovechar otras frutas que están de temporada y a buen precio. Variaremos el tiempo de cocción dependiendo de la fruta que utilicemos, entre 6 y 10 minutos.
- Los botes duran varios meses si los mantenemos en un lugar fresco, seco y sin luz. Esta precaución debe tomarse con cualquier producto envasado en cristal claro.

IMPORTANTE:

No debemos consumir los botes que tengan la tapa hinchada o que al presionar la tapa se mueva. Esto es señal de que el producto de su interior se ha estropeado, que ha entrado aire, que se ha abierto o que ha llevado un golpe que ha provocado la entrada de aire. La tapa debe estar ligeramente hundida y no debe moverse al presionar el centro.