

# Mermelada de melocotón



## INGREDIENTES

- 1 kg de melocotones
- 1 manzana
- Zumo de 1/4 de limón



## ELABORACIÓN

Pelar, lavar y trocear los melocotones y la manzana.

En un cazo, junto con la ralladura y zumo de limón colocar los melocotones y la manzana troceados.

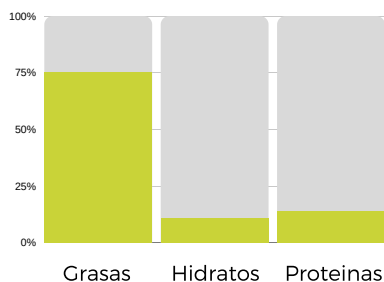
Cocerlo a fuego medio durante unos 25 - 35 minutos, removiendo de vez en cuando. En el caso de no querer trozos en la mermelada, triturarlo,

Dejar el puré reposar durante 10 minutos y verterlo en tarros de cristal. Y dejar que se enfríe.

Una vez fríos, taparlos y meterlos al frigorífico.

## COMPOSICIÓN NUTRICIONAL

| Valores por... | ración     | 100 g      |
|----------------|------------|------------|
| Energía        | 16.17 kcal | 40.42 kcal |
| Grasas         | 0 g        | 0 g        |
| Hidratos       | 3.76 g     | 9.4 g      |
| Proteínas      | 0.22 g     | 0.54 g     |
| Fibra          | 0.64 g     | 1.55 g     |
| Sal            | 0 g        | 0.01g      |



### Consejo:

La pectina es una sustancia que contienen las frutas en mayor o menor medida, y es la que facilita la coagulación de las mermeladas.