

Gelée de groseille mentholée

plaisir à savourer quotidiennement

Ingrédients pour 3 pots d'environ 250g

- 1,5kg de groseille
- 10 cl d'eau
- 1 cuillère à café de jus citron
- 2 cuillères à soupe de sirop d'agave
- 4g d'agar agar
- 4 feuilles de menthe

Préparation 10 minutes / Cuisson 20 minutes

- Rincer et enlever les groseilles des grappes
- Dans une casserole faire chauffer les groseilles et la menthe
- Ajouter l'eau et laisser cuire jusqu'à ce que les groseilles éclatent
- Passer le tout au tamis pour récupérer le jus
- Mettre le jus de groseille dans la casserole, ajouter l'agar agar, le sirop d'agave et le jus de citron
- Mélanger et mettre à chauffer
- Lorsque le mélange bout laisser cuire 2 minutes à feu vif
- Verser la gelée bouillante dans les pots
- Fermer les pots puis retourner les en laissant tiédir
- Ranger ensuite les pots au réfrigérateur ou dans un endroit sec si les pots ont été stérilisés

Accompagnement

- À tartiner sur du pain ou pour sucrer un yaourt.

Conseil

La stérilisation des pots :

- Mettre les pots et couvercle dans une grande casserole remplie d'eau
- Porter à ébullition et laisser bouillir 15 minutes
- Verser votre confiture bien chaude dans vos pots chauds et fermer pour créer un appel d'air puis retourner les en laissant tiédir
- Ranger ensuite les pots au réfrigérateur ou dans un endroit sec si les pots sont stérilisés

Diétôdélites