

FRUITS D'ETE EN BOCAUX

INGREDIENTS :

- 2,5 kg de fruits
- 1L d'eau
- 250g de sucre complet
- 2 cuillères à café de vanille

MATERIEL :

- des bocaux pour une contenance totale de 2L
- une grande cocotte

IDEES DE FRUITS :

Abricots, framboises, pêches, melons, fraises, myrtilles, prunes, cerises, groseilles, mûres, mirabelles, nectarines



DIRECTIONS :

Découpe les fruits qui en ont besoin en morceaux. Place les dans les bocaux.

Dans une casserole, mets l'eau à chauffer avec le sucre et la vanille. Fais bouillir. Laisse frémir en remuant jusqu'à dissolution du sucre.

Nb : si tu as des plaques électriques, tu peux les éteindre dès que l'eau bout et laisser la casserole dessus.

Couvre les fruits avec le sirop.

Ferme les bocaux hermétiquement (c'est le moment de solliciter les muscles de ton chéri !)

Place les bocaux dans une grande marmite. Mets des tor-

chons entre les bocaux pour éviter qu'ils ne s'entrechoquent et ne cassent.

verse de l'eau jusqu'à ras des couvercles et stérilise à l'eau bouillante pendant 25 minutes.

Attends le refroidissement complet de l'eau avant de sortir les bocaux (pour éviter les chocs thermiques... et de te brûler !)

Attends au moins 3 semaines avant de manger tes bocaux.

Tu peux les conserver au moins un an dans un endroit frais et sec.