

# Confiture exotique au parfum de fraise

Cette confiture acidulée aux fruits exotiques est adoucie par la fraise qui se marie à merveille avec la mangue et l'ananas.

D'autre part n'oubliez pas que faire sa confiture est un jeu d'enfant. Il serait dommage de s'en priver, plutôt que d'acheter des confitures du commerce pour lesquelles on vous fait payer l'eau et le sucre au prix des fruits! Sans compter les colorants et autres conservateurs.



Confiture exotique au parfum de fraise

## Ingrédients :

- un ananas
- une mangue
- un citron vert
- une quinzaine de fraises
- une gousse de vanille
- sucre: il vous faudra 400 gr de sucre par kilo de fruits épluchés
- une cuillerée à soupe de **pectine**.



ingrédients

### Matériel:

- un faitout
- des pots à confiture ou bocaux de conserve que vous aurez préalablement ébouillantés
- un mixeur
- une petite râpe



râpe  
microplane

### Préparation:

Commencez par découper l'ananas.

- A l'aide d'un grand couteau coupez le haut ( côté feuilles) et le bas de l'ananas.



- Coupez les cotés de l'ananas de manière à ôter la peau en prenant bien soin d'enlever tous les « yeux » de cette dernière.



- Coupez ensuite les côtés de l'ananas en prenant soin d'ôter le centre de celui ci qui est dur et très filandreux. Puis détaillez en cubes. Réservez.



Détaillez l'ananas en cubes

- Épluchez la mangue avec un éplucheur.



Épluchez la mangue

- Puis détaillez la en morceaux: commencez par les cotés en longeant le noyau central puis détaillez les tranches obtenues en dés. Réservez.



Coupez la mangue en cubes

- Équeutez les fraises. Réservez.



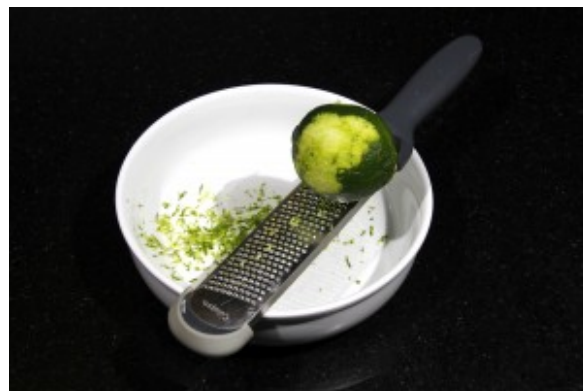
Équeutez les fraises

- Coupez la gousse de vanille en deux à l'aide d'un petit couteau et grattez chaque côté pour récupérer les graines. Réservez graines et gousse ouverte.



gratter la gousse de vanille

- Râpez le citron vert avec une petite râpe et pressez le pour en extraire le jus. Réservez.



Râpez l'écorce du citron vert

- Dans un grand faitout versez l'ensemble des fruits ( ananas, mangue, fraises, jus de citron vert, zestes de citron vert, grains de vanille et la gousse de vanille ouverte) que vous aurez pesés au préalable. Ajoutez le sucre dont la quantité dépendra du poids des fruits ( 400g de sucre pour un kilo de fruits épluchés). Puis rajoutez la cuillerée de pectine en poudre.



Pesez vos fruits et ajoutez le sucre en fonction du poids



Ajoutez sucre et pectine

- Faire cuire à feu doux pendant 45 mn. Laissez un peu refroidir ( cela vous évitera de vous brûler en manipulant la compotée de fruit bouillante).





La cuisson est terminée

- Versez dans le mixeur et mixez la préparation en ayant ôté au préalable la gousse de vanille. Cette opération n'est pas indispensable: personnellement je préfère des confitures onctueuses donc je les passe au mixeur. Mais si vous préférez avoir des morceaux je vous conseille de couper vos fruits en tous petits dés lors de la découpe et de ne pas mixer la préparation. Vous pouvez également en mixer la moitié et la mélanger aux petits dés de l'autre moitié: tout dépend de votre goût!
- Versez dans les bocaux de conserves et réservez. Votre confiture est prête. C'est tout simple et tellement plus savoureux!



Les petits pots de confiture...

**Petits plus et conseils pour la réussite de vos confitures:**

- **1 /La pectine**

La pectine...c'est une substance soluble et gélatineuse plus ou moins abondante dans les pépins, la peau et la chair de la plupart des fruits. Chauffée avec du sucre elle se gélifie d'autant mieux que l'acidité du fruit est importante.

Les fruits riches en pectine sont souvent très acides. Ils donnent donc une confiture qui prend facilement et ne nécessite pas d'additif.

En revanche si on utilise des fruits peu acides, il devient nécessaire de compenser en rajoutant soit du jus de citron, de la pectine, du sucre gélifiant ou encore des fruits riches en pectine ( pré ferez alors les pommes et les coings qui n'ont pas un goût particulièrement prononcé et ne dénatureront pas la saveur que vous désiriez au départ).

Voici une petite liste sur la teneur en pectine des fruits qui pourra vous aider si vous désirez faire vos confitures et vos propres innovations de mélange de fruit:

#### Fruits à faible teneur en pectine:

ananas, sureau, brugnon, cerise, châtaigne, figue, fraise, fruit de la passion, kiwi, mangue, melon, pêche, poire, potiron, rhubarbe et tomate.

#### Fruits à teneur moyenne en pectine:

abricot, framboise, mandarine, mûre, myrtille, nêfle, raisin, reine-claude, framboise.

#### Fruits à teneur élevée en pectine:

airelle, cassis, citron, citron vert, coing, groseille, groseille à maquereau, orange, pamplemousse, pomme, prune.

- N'oubliez pas que les fruits encore verts sont plus acides et donc plus riches en pectine que ceux ayant atteint leur complète maturité ou qui sont très murs.



## ▪ 2/ Le sucre

- Pour une longue conservation on doit ajouter 375 gr de sucre pour environ 500 gr de fruit. Comme mes confitures sont consommées très rapidement je préfère mettre moins de sucre ( 400 gr pour 1 kilo), c'est tout aussi bon et bien moins calorique.
- Si vous désirez utiliser des fruits surgelés utilisez systématiquement du sucre gélifié ( spécial confiture): en effet les fruits perdent de leur pectine lors de la congélation.
- N'oubliez pas de bien ébouillanter vos bocaux avant utilisation: arrosez les abondamment d'eau bouillante et laissez égoutter sur un torchon propre avant de les remplir.