



## Mermelada de frutillas

### Ingredientes

- 1 kg de frutillas
- 1 vaso de agua
- gotas de jugo de limón
- 2 cucharaditas aprox. de stevia granulada
- 1/8 cucharadita de agar agar
- Frascos de vidrio de tamaño a elección

### Preparación

- Lavar y cortar las frutillas, para luego colocarlas en una olla con el vaso de agua y las gotas de limón. Llevar a fuego medio por unos 20 min. con el cuidado de ir removiendo de vez en cuando con una cuchara de madera.
- Incorporar la stevia unida con el agar agar y cocinar por unos 15 minutos más. Retirar del fuego y esperar que la temperatura baje.
- Llenar los frascos con la mermelada, cerrar bien y disponerlos en una olla con un paño de cocina en su base. Completar con agua fría hasta 2 cm por sobre cada frasco y prender fuego moderado.
- Una vez que comience a hervir, mantener por 20 min y retirar la olla del fuego sin quitar los frascos. Esperar que se entibie.
- Sacar del agua y presionar la tapa en el centro de cada frasco para terminar con el proceso de sellado.

\*Conservación de mermelada cerrada: 1 mes aprox. Una vez abierta: 15 días.

### Información nutricional

1 cda. de 5 g.

|                         |      |
|-------------------------|------|
| Energía (Kcal)          | 5    |
| Proteínas (g)           | 0,1  |
| Lípidos (g)             | 0,1  |
| Colesterol (mg)         | 0    |
| Hidratos de Carbono (g) | 1,2  |
| Sodio (mg)              | 0,2  |
| Índice Glicémico (IG)   | Bajo |



60 porciones



Nivel: Medio



60 minutos