

# Purée de fruit à la texture de confiture

## Ingrédients (pour 3 à 4 pots) :

- ✓ 500 g de fruits frais ou surgelés épluchés  
(« maison » ou du commerce)
- ✓ 1 sachet d'Agar Agar

## Préparation :

- ✓ Dans une casserole, mettre les fruits à cuire.
- ✓ Pendant la cuisson des fruits, diluez 1 sachet d'Agar Agar avec un peu d'eau (1 cuillère à soupe) dans un petit bol ou ramequin
- ✓ Quand les fruits sont à ébullition, ajoutez l'Agar Agar et remuez. Laissez cuire environ 10mn.
- ✓ Mettez votre préparation dans des pots à confiture
- ✓ Bien fermer les pots et les retourner
- ✓ Dès qu'ils sont refroidis, les stocker au réfrigérateur car il n'y a aucun conservateur



**La teneur en glucides est équivalente à celle du fruit utilisé.**

## Variantes :

- ✓ Faire des associations de fruits, par exemple :
  - ✓ fraises/framboises
  - ✓ pommes/cassis
  - ✓ Abricots /pêches
  - ✓ mirabelles/abricots
  - ✓ pommes/coings
  - ✓ oranges/clémentines, etc.
- ✓ Ajouter des arômes en début ou fin de cuisson selon l'ingrédient utilisé : cannelle, fleur d'oranger, amande amère etc.

**Bonne dégustation**