



ABC des confitures

Les fruits

Que vos fruits proviennent de votre propre jardin, du magasin d'alimentation ou encore d'un verger: dans tous les cas, la qualité est toujours la meilleure recette! Seuls des fruits sains, mûrs et de qualité irréprochable doivent entrer dans la composition de confitures et de gelées. Les fruits trop mûrs ou abîmés ne se prêtent pas à ces préparations. En revanche, les **fruits surgelés** conviennent parfaitement. Surtout en période de récolte abondante, vous pouvez aisément surgeler les fruits parés, sans addition de sucre. Les fruits surgelés vous permettront de préparer spontanément de délicieuses confitures et gelées maison: il vous suffit de peser les fruits **encore surgelés** et de les décongeler en utilisant également le jus pour votre recette.

Qu'est-ce que la pectine?

La pectine est une substance naturelle contenue dans la plupart des fruits. En confectionnant vos confitures, vous ajoutez aux fruits la pectine contenue dans le gélifiant en poudre. Après un réchauffement rapide, la pectine et le mélange de sucre, de fruits et d'acidité forment une structure cellulaire ferme, le gel, qui se solidifie en refroidissant: c'est le processus de gélification. **Les pectines contenues dans les gélifiants en poudre Dr. Oetker proviennent exclusivement de pommes ou d'agrumes.**

Qu'est-ce que le test de gélification?

Le test de gélification indique si la prise en gelée de la masse de fruits est suffisante. Pour effectuer le test, versez sur une petite assiette (de préférence froide) 1-2 cuillères à café de confiture bouillante. Si la confiture épaisse ou se solidifie, cela signifie que la consistance de votre confiture ou gelée sera assez ferme dans le pot. Pour obtenir une consistance plus compacte, nous vous conseillons d'ajouter à la confiture bouillante le jus de 2-3 citrons et de refaire le test avant de remplir les pots. Dans les pots, la gélification peut durer une semaine, voire davantage.

Des produits professionnels signés Dr. Oetker

GELFIX CLASSIC 1 : 1 – pour des confitures fruitées à l'ancienne

Pour préparer des confitures et des gelées classiques, il vous faut prévoir environ la même proportion de fruits et de sucre. Un sachet de **Gelfix Classic** suffit pour 1000 g de fruits parés et 1150 g de sucre. Pour les gelées, la quantité de jus et de sucre est indiquée sur le sachet. Vous pouvez aussi utiliser à volonté du sucre de canne ou du sucre roux.



GELFIX EXTRA 2 : 1 – pour des confitures extra-fruitées

Pour préparer des confitures et des gelées particulièrement fruitées mais moins sucrées, il vous faut environ deux parts de fruits ou de jus de fruits pour une part de sucre. Soit pour un sachet de **Gelfix Extra**, 1000 g de fruits parés et 500 g de sucre pour les confitures, et 7,5 dl de jus de fruits et 400 g de sucre pour les gelées. Dans ce cas aussi, vous pouvez utiliser à volonté du sucre de canne ou du sucre roux.



GELFIX SUPER 3 : 1 – pour des confitures plus légères et super-fruitées

Pour préparer des confitures légères et néanmoins fruitées, il vous faut seulement 350 g d'édulcorant pour 1000 g de fruits parés ou 900 ml de jus. Vous avez le choix entre le sucre, le fructose, le sorbitol ou un édulcorant liquide (pour un sachet de Gelfix Super et 1000 g de fruits parés, comptez 25 ml d'édulcorant liquide). **Selon l'édulcorant utilisé, les confitures préparées avec Gelfix Super conviennent aussi aux diabétiques.**





ABC des confitures

Comment obtenir le jus pour les gelées de fruits

Veillez suivre les indications du fabricant de l'appareil que vous utilisez, en évitant de presser longuement les fruits, car le jus risque de devenir trop aqueux et de gélifier difficilement.

Les méthodes suivantes sont particulièrement adaptées:

- ☺ Au moyen d'un extracteur de jus à vapeur, extrayez le jus des fruits **sans** addition de sucre et laissez refroidir.
- ☺ Avec la cocotte minute, extrayez le jus en utilisant de petites quantités de fruits **sans** addition de sucre (avec la passoire et, le cas échéant, l'accessoire pour recueillir le jus) et laissez refroidir.
- ☺ Émincez les fruits à volonté, cuisez-les avec un peu d'eau jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Passez le jus à travers une étamine et laissez refroidir.
- ☺ Pressez les agrumes (p. ex. oranges, citrons).

Ne conviennent pas particulièrement aux gelées:

- ☹ Les jus de fruits obtenus au moyen d'une centrifugeuse électrique ne conviennent pas aux gelées, car elles peuvent être troubles et de consistance molle. De plus, les particules de cellulose en suspension dans le jus rendent la texture des gelées granuleuse.

Le tableau ci-dessous vous indique la quantité de fruits parés (grossièrement hachés) nécessaire pour obtenir environ 1 litre de jus de fruits*:

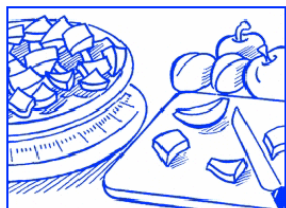
Cassis	1700 g
Coings	2300 g
Fraises	1300 g
Framboises	1800 g
Griottes	1600 g
Groseilles (raisinets)	1500 g
Groseilles à maquereau	1600 g

Mûres	1500 g
Pêches	1700 g
Poires	2700 g
Pommes	1800 g
Raisins	1700 g
Rhubarbe	1500 g
Sureau	1800 g

Si vous ne voulez pas extraire vous-même le jus des fruits, vous pouvez également préparer vos gelées avec Gelfix Extra et Gelfix Super en utilisant des jus de fruits ou des nectars en vente dans le commerce (à l'exception du jus de raisin).

* Ces indications varient selon la méthode utilisée pour obtenir le jus et la qualité des fruits.

ABC des confitures

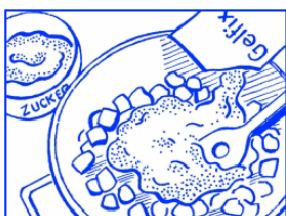


PRÉLIMINAIRES

Lavez soigneusement les fruits et laissez-les égoutter. Éliminez les parties endommagées ainsi que les tiges et les queues, les pépins, les noyaux, etc.

Émincez finement les fruits ou réduisez-les en purée, **pesez-les**.

Pour les gelées: émincez grossièrement les fruits, dénoyotez-les, retirez si nécessaire les tiges et les queues et extrayez le jus. **Mesurez** le jus refroidi!



PRÉPARATION

Avec Gelfix Classic 1:1

Mélangez **préalablement** le gélifiant en poudre avec 2 cuillères à soupe de la quantité de sucre prescrite. Dans une grande casserole, ajoutez **ensuite** ce mélange aux fruits ou au jus de fruits.

Avec Gelfix Extra 2:1 et Gelfix Super 3:1

Le mélange préalable n'est pas nécessaire! Mélangez **directement** le gélifiant en poudre avec l'édulcorant choisi et incorporez le tout aux fruits ou au jus de fruits.



Portez le tout à ébullition à feu vif **sans cesser de remuer**.

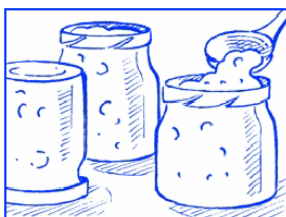


Avec Gelfix Classic 1:1

Maintenant, ajoutez le reste de sucre à la masse de fruits bouillante et portez de nouveau le tout à ébullition.

Avec tous les produits Gelfix

Cuisez à **gros bouillons pendant au moins 3 minutes** sans cesser de remuer. Avant de remplir les pots, effectuez un **test de gélification!**



REPLISSAGE DES POTS

Remplissez immédiatement à **ras bord** les pots préparés et fermez-les. **Retournez les pots sur le couvercle pendant env. 5 minutes.**

Le processus de gélification peut durer 1 semaine ou davantage!

ABC des confitures

Trucs & Astuces

- Pour préparer les fruits, il vous faut des saladiers, une passoire, un couteau bien aiguisé et une planche.
- **Les fraises ne doivent pas être lavées à l'eau courante**, car elles perdraient leur jus et leur arôme. Pour la même raison, trie soigneusement les **framboises**.
- **Préparez des petites quantités à la fois**. Les grandes quantités exigent un temps de cuisson prolongé et la cuisson de la confiture n'est pas homogène: la consistance et la couleur s'en ressentent.
- Seuls les ingrédients **pesés avec précision** garantissent un résultat parfait. Les quantités indiquées dans les recettes s'appliquent aux fruits parés.
- Pour la cuisson, utilisez une **grande casserole**, si possible en inox. Pour éviter que la confiture ne déborde, remplissez la casserole seulement à moitié. Il vous faut aussi une cuiller en bois, une écumoire, une louche et si possible un entonnoir pour bocaux.
- Pendant la cuisson, **remuez constamment** avec la cuiller en bois pour éviter que la confiture n'attache à la casserole et pour faciliter l'évaporation du liquide.
- Avec les **fruits riches en protéines** (comme les fraises), il est parfois nécessaire d'écumer les confitures. En effet, l'**écume** naturelle qui se forme altère l'aspect et la conservation des confitures (inclusions d'air).
- En règle générale, il est impératif de travailler dans des **conditions hygiéniques parfaites**, aussi bien à la préparation et à la cuisson des fruits qu'en maniant les appareils ménagers. La moindre salissure peut causer la détérioration rapide de vos préparations.
- Après la cuisson, les confitures et les gelées peuvent être parfumées avec un peu **d'eau-de-vie ou de liqueur** au choix. L'addition d'eau-de-vie ou de liqueur en petites quantités (jusqu'à 3 cuillères à soupe) n'influence pas la gélification. Pour des quantités plus importantes, veuillez réduire en conséquence la proportion de fruits ou de jus de fruits.
- Choisissez des pots à confiture munis d'un couvercle à visser **Twist-off®** (avec revêtement protecteur sur le bord intérieur). La consistance, l'arôme et la couleur naturelle des confitures se conservent ainsi parfaitement. Les couvercles Twist-off® préviennent le dessèchement des confitures et le développement de micro-organismes. Les feuilles de cellophane n'offrent pas une protection assez sûre à long terme.
- Versez les confitures et les gelées dans des **pots parfaitement propres**: avant de fermer les pots, nettoyez-en soigneusement le bord. Après avoir rempli et fermé les pots, **retournez-les immédiatement sur le couvercle pendant env. 5 minutes**. Ainsi l'air ne pénétrera pas dans le pot et la qualité de vos confitures ne subira aucune altération.
- Stockées **au frais et à l'abri de la lumière**, vos confitures et vos gelées conserveront leur couleur et gélifieront parfaitement.
- Conservez les confitures entamées au réfrigérateur. A l'utilisation, la structure ferme des confitures et des gelées s'endommage et peut provoquer la formation de jus.
- L'addition d'ingrédients gras (noix ou flocons de noix de coco) ou d'autres petits extras (feuilles de menthe ou de mélisse) après la cuisson diminue la durée de conservation des confitures.