



Confiture de poires, version allégée



Voilà une petite recette de confiture allégée et extra-rapide à faire. J'ai repris l'idée de [Cléa](#), qui utilise de l'agar-agar pour faire prendre sa confiture. On peut ainsi la sucrer comme on veut ! Le goût est excellent grâce à la forte proportion de fruits. Le seul inconvénient est la durée de conservation plus limitée que les confitures classiques : trois mois au maximum.

L'agar-agar est une algue qui a un fort pouvoir gélifiant : une très petite quantité suffit pour remplacer avantageusement la gélatine ou la pectine. On compte 1 à 2 g d'agar-agar par kg de fruits.

Ingrédients (pour 3 à 4 pots de confiture) :

- 1 kg de poires bien mûres
- 100 à 200 g de sucre
- 2 g d'agar-agar en poudre (soit une cuil à café rase)

Préparation :

Laver et peler les poires, ôter la partie centrale fibreuse avec les pépins.

Couper les poires en dés, mettre dans une grande cocotte à fonte (ou une bassine à confiture) avec le sucre.

Laisser macérer une vingtaine de minutes.

Porter la cocotte sur feu moyen. Laisser cuire une trentaine de minutes à petits bouillons. Couvrir à moitié pour garder une confiture aqueuse. A la fin de la cuisson, stopper le feu et laisser la confiture tiédir.

Ajouter l'agar-agar en pluie et mélanger avec un fouet.

Reporter sur feu moyen et laisser frémir quelques minutes. Verser ensuite la confiture encore chaude dans des pots stérilisés. Fermer le couvercle et renverser le pot : la chaleur de la confiture

stérilisera les couvercles et créera un vide d'air.

Stocker ensuite dans un placard une fois que les pots ont complètement refroidis.
Si on met peu de sucre, mieux vaut conserver au réfrigérateur et consommer rapidement.

Le 19 Août 2009 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2009/08/19/index.html>