

Fíková marmeláda se skořicí

Mohlo by se zdát, že zavařování fíků v našich podmínkách nedává smysl! Fíky jsou sice pokladem středomoří, ale právě v těchto dnech se i k nám dovážejí ty nejsladší plody za přijatelnou cenu. Zavařte si fíkovou marmeládu na horší časy a vytáhněte ji tehdy, když se budete chtít zahřát vzpomínkou na léto.

Potřebujete:

- 1 kg čerstvých fíků
- Šťávu ze dvou citronů
- 300 g krupicového cukru
- 10 g pektinu
- Lžičku skořice

1



Fíky nakrájejte nožem na menší kusy.

2



Nakrájené kousky nasypete do hrnce se silnějším dnem.

3



K nakrájeným fíkům přidejte 200 g cukru.

4



Do hrnce přidejte také skořici a citronovou šťávu.

5



Ovoce s cukrem přiveďte k varu a směs nechte probublávat asi pět minut. Během této doby fíky změkknou.

6



Rozvařené ovoce rozmixujte tyčovým mixérem a přidejte k němu pektin rozmíchaný ve zbylém cukru. Za stálého míchání vařte dalších pět minut.

7



Horkou marmeládou plňte do připravené sterilované sklenice.

8



Připravenou marmeládu nechte 20 minut odpočívat a poté ji přesuňte na chladné a temné místo.

Tip:

Fíkovou marmeládu si můžete vychutnat třeba s řeckým jogurtem a medem, nebo ji podávejte k aromatickým sýrům s kouskem čerstvého pečiva.

Něco navíc:

Pektin se v kuchyni používá jako pojivo při přípravě džemů a marmelád. Přírodní pektin se získává z citrusových plodů a přidává se k těm druhům ovoce, ve kterých je pektin obsažen jen v malé míře. Pektin se postará o zahuštění marmelády bez použití chemicky vyráběných zahušťovadel. A kde jej hledat? K dostání je v prodejnách se zdravou výživou nebo na internetu.