

## Mise en bocaux à chaud

### Poires en conserve

Préparation et cuisson: env. 35 min  
Pour 2 bocaux d'env. 5 dl

<b>bocaux</b>	préparer (photo 1)
1 litre <b>d'eau</b> 1 <b>citron</b> , seulement le jus	verser dans une terrine
1 kg <b>de poires à chair ferme</b> (p.ex. louise bonne)	peler, couper évent. en deux et retirer le cœur, mettre dans l'eau citronnée sans attendre afin d'éviter l'oxydation

#### Sirop

1 litre **d'eau**  
1 **citron**, seulement le jus  
150 g **de sucre**

porter à ébullition dans une *grande* casserole, cuire les poires pour le premier bocal en les tenant croquantes, disposer serré dans le bocal (photo 2). Porter le sirop à ébullition, verser sur les poires jusqu'à ce qu'il déborde, fermer le bocal sans attendre. Cuire la deuxième portion de poires dans le sirop restant en les tenant croquantes et mettre en bocal

**Remarque:** poser les bocaux sur une surface isolante pour laisser refroidir. Contrôler les bocaux après refroidissement (photo 3).

**Par bocal:** lipides 0 g, protéines 0 g, hydrates de carbone 29 g, 451 kJ (108 kcal)

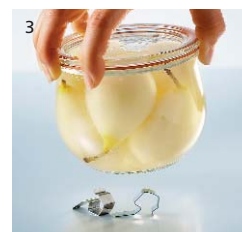
#### Suggestion

Pour déterminer le nombre de fruits par bocal, disposer avant la cuisson les fruits parés dans le bocal. Ajouter 1 à 2 pièces.

**La recette convient aussi pour:** abricots, cerises, mirabelles, nectarines, pêches, pommes, prunes, quetsches.

**Conservation:** au frais et à l'abri de la lumière env. 12 mois. Une fois ouverts, conserver les bocaux au réfrigérateur et consommer rapidement.

**Remarque:** avec une trop grande proportion de sucre, les fruits remontent à la surface durant l'entreposage. Ceci n'a pas d'influence sur la conservation.



#### Préparer les bocaux

Contrôler le joint en caoutchouc, le remplacer au besoin. Laver soigneusement les bocaux, rincer à l'eau très chaude. Poser les bocaux et les couvercles dans une casserole, dans de l'eau à env. 70 °C.

Porter le sirop à ébullition, y cuire les fruits parés en les tenant croquants et remplir le bocal au bain-marie en serrant bien les fruits et en laissant un bord d'env. 2 cm.

#### Test de vide d'air

Après refroidissement, retirer délicatement les agrafes, le couvercle doit rester bien fermé (vide d'air). Fixer à nouveau les agrafes. Les couvercles filetés doivent être légèrement concaves en leur centre et ne pas céder à la pression. Si un bocal s'ouvre facilement, porter le contenu à ébullition et remettre en bocal à chaud.