

Eperdzsem hagyományosan és cukorbetegeknek - készítette Nemeskövi Dénes mesterszakács



Hozzávalók:

kb. 1,5 kg eper (tisztítva 1,25 kg), 50 dkg kristálycukor vagy ennek megfelelő folyékony édesítőszer, 1 csomag (25 gramm) Quittin 2:1 (zselésítőszer befőzéshez), 1 citrom leve (ez el is maradhat)

1. Több kisebb üveget alaposan fertőtlenítünk: forró, mosószeres vízzel kimossuk, alaposan kiöblítjük, majd anélkül, hogy különösebben lecsöpögtetnénk, tepsire rakjuk és kb. 120 °C-os sütőbe tesszük kb. 15 percre.
2. Az epret megtisztítjuk: egy nagy műanyagtálba szűrőbetétet teszünk, az epret belerakjuk. Annyi hideg vizet folytatunk rá, hogy a gyümölcsöt ellepje. Az epret ebben átmoszuk, de nem áztatjuk sokáig, hanem a szűrő segítségével kiemeljük. Ezt a műveletet még egyszer-kétszer megismételjük, egész addig, míg a gyümölcs alatti víz már nem lesz homokos. Ekkor az epret lecsöpögtetjük, lecsumázzuk, azaz a szárát kivágjuk — azért nem előbb, mert itt a legpuhább a gyümölcs húsa, és mosás közben innen szívna meg magát vízzel — és egy lábasba rakjuk.
3. A cukrot rászórjuk, illetve ha folyékony édesítőszerrel dolgozunk, akkor annak a kupakján ki lehet mérni, hogy az adott mennyiségű cukor helyett mennyi édesítőszerrel kell használni, így ezt adjuk hozzá az eperhez, a zselésítővel egyetemben. Kevergetve fölforraljuk, majd 5 percig főzzük. Közben belefacsarhatjuk egy citromnak a levét is, ami nemcsak ízesíti a dzsemet, hanem zselésebb is lesz tőle, ráadásul az eper is pirosabb marad. (Aki lekvárt szeretne főzni, merülőmixerrel pürésítse.)
3. Azon forrón a fertőtlenített, kis üvegekbe töltjük, csavaros tetővel szorosan lezárjuk, és 10-15 percre a feje tetejére állítjuk. Ezután megfordítjuk, hűlni hagyjuk, végül száraz, hűvös helyre rakjuk.

Megjegyzés

- Az édesítővel készített eperdzsem nem lesz olyan piros, mint a hagyományos, cukros változat, de ez nem jelent hibát, ízében ugyanolyan finom.