

Agencia de Extensión Rural Luján de Cuyo |
Año 2024
EEA Mendoza - INTA

Dulces y almibarados

Autora: M. Sc. Ing. Ag. Clara A. Contardi

Instituto Nacional de
Tecnología Agropecuaria
Argentina



Nota del autor

La elaboración de conservas en pequeña escala es una forma de cubrir las necesidades de autoconsumo o bien una fuente de ingresos cuando el destino final es la comercialización. En ambos casos se debe asegurar que los productos sean sanos y saludables.

El objetivo de este manual es proporcionar a los interesados una herramienta sencilla y práctica para transformar los productos agrícolas primarios, en diversos tipos de productos alimenticios. Aquí encontrarán una serie de capítulos que comienzan con recomendaciones generales más importantes a tener en cuenta. Más adelante continúa con los procesos específicos para cada tipo de producto final con recetas típicas u originales que les permitirán seguir con una rutina de trabajo.

Para aquellas personas que no tienen conocimiento, les resultará un material fácil de seguir que los guiará en el paso a paso de cada producto que deseen obtener. Para quienes tiene experiencia en elaboraciones de conservas encontrarán tips, para mejorar sus propias recetas y salvar dudas.

Es importante mantener las recetas tradicionales de cada familia, respetando los puntos críticos para lograr una conserva sana, saludable y sin riesgo, ya que un producto procesado en el hogar es coincidente con una expresión cultural propia o ajena con la que nos identificamos.

Clarita

Contenido

Dulces

- Definición
- Paso a paso del proceso
- Recetario

Almibarados

- Definición
- Paso a paso del proceso
- Recetario

DULCES



Definición

Se entiende por dulce al producto obtenido por cocción de pulpa de frutas de alto contenido de pectinas, previamente tamizadas por cribas menores de 2 mm y con el agregado de azúcar o edulcorantes permitidos y sometidas luego a concentración térmica. La proporción de fruta en producto terminado deberá ser mayor del 45% de peso de pulpa y 55% de azúcar o edulcorante conteniendo no menos del 65% de sólidos solubles. Es de consistencia sólida, firme y textura homogénea. Al corte se mantiene sólido de aristas netas.

Paso a paso del proceso

Las frutas que tienen mayor contenido de pectina son membrillo y manzana. Si se desea elaborar dulces utilizando otras frutas es necesario adicionar pectinas naturales, en una proporción del 10% de peso de pasta o bien incorporar manzanas.

La cantidad de azúcar es muy importante para que se forme un buen pan, se necesita mayor cantidad de azúcar y jugo de limón, en estos casos se utiliza un kilo de azúcar o un poquito menos (depende de la madurez de la fruta) por kilo de pulpa acondicionada.

Una vez que los panes se encuentran oreados, se desmoldan y se pasan por azúcar y luego se envuelven en papel madera o celofán y así se conservan a lo largo del tiempo.

Otra alternativa es guardar la pulpa. Ésta se acondiciona, se hierve durante unos 10 minutos, se envasa y se da un baño maría de 40 minutos por frasco de kilo. En el momento que se quiere hacer el dulce, se abre la pulpa, se lleva al fuego y se adiciona la misma cantidad de azúcar por peso de pulpa y se cocina hasta alcanzar el punto final. Se coloca en los moldes y se ore.

RECETAS

Dulce de membrillo

Ingredientes:

- Membrillos: 1 kg de pulpa acondicionada.
- Azúcar, 900 g a 1 kg.
- Jugo de 1 limón por kilo de pulpa.

Procedimiento:

- Lavar con abundante agua limpia y cortar en cuartos, sin pelar.
- Escaldar en agua hirviendo hasta logra consistencia blanda. El agua solo debe tapar los membrillos.
- Escurrir, dejar enfriar y limpiar (eliminar semilla y placenta).
- Pasar los trozos de pulpa limpia por moledora de carne, procesadora, licuadora, trituradora tipo triqui traca, en caso de utilizar esta última no es necesario limpiar porque separa la pulpa de las semillas.
- Pesar la pulpa.
- Colocar en la olla y cocinar a fuego moderado durante 5 minutos. Adicionar la mitad del azúcar calculado. Continuar la cocción. Adicionar el resto de azúcar. También se puede agregar en forma de fina lluvia. Revolver continuamente.
- Dar punto final, comprobar con el método de la prueba de agua.
- Colocar en moldes limpios, pasar sobre la superficie caliente un cuchillo mojado en agua para alisar la superficie y lograr una mayor presentación
- Dejar orear aproximadamente una semana. Desmoldar, orear nuevamente. Envolver en papel manteca o celofán.

Dulce de manzana

Ingredientes:

- Manzana Granny Smith (verde): 1 kg.
- Azúcar, 900 gr a 1 kg.
- Jugo de 1 limón por kg de pulpa.

Procedimiento:

- Lavar con abundante agua limpia y cortar en cuartos.
- Escaldar en agua hirviendo hasta lograr consistencia blanda. El agua debe tapar las manzanas y no debe ser en exceso debido a que a partir de esa agua se podrá obtener la jalea.
- Escurrir, dejar enfriar y limpiar (eliminar piel, semilla y placenta).
- Los trozos de pulpa limpia se pasan por la procesadora, moledora de carne o trituradora tipo triqui traca, en caso de utilizar esta última no es necesario limpiar porque separa la pulpa de la piel y semillas.
- Pesar la pulpa.
- Llevar al fuego hasta entibiar. Adicionar la mitad del azúcar calculado. Continuar la cocción hasta que suelte el hervor. Adicionar el resto de azúcar y el jugo de limón. También se puede agregar en forma de fina lluvia. Revolver continuamente.
- Dar punto final, siguiendo el método de la prueba de agua.
- Colocar en moldes, limpios, pasar sobre la superficie caliente un cuchillo mojado en agua para alisar la superficie y lograr una mejor presentación.
- Dejar orear aproximadamente una semana. Desmoldar, orear nuevamente. Envolver en papel manteca o celofán.

Dulce de batata

Ingredientes:

- Batatas: 1 kg de batata acondicionada.
- Azúcar: 1 kg.
- Vainilla: a gusto.
- Agar-agar (cola vegetal japonesa): 20 g.
- Glucosa: 2 cucharadas soperas (opcional).
- Jugo de 1 limón por kg de pulpa y vainillín.

Procedimiento:

- Lavar, pelar y cocinar las batatas.
- Pasar por cedazo o licuadora, tratando de lograr una textura fina y homogénea.
- Remojar en agua el “agar-agar” hasta que se disuelva. De ser necesario deshacerla sobre el fuego.
- Llevar la pulpa al fuego hasta entibiar. Adicionar la mitad del azúcar calculado. Continuar la cocción hasta que suelte el hervor. Adicionar el resto de azúcar, la glucosa, el vainillín y el agar agar. También se puede agregar en forma de fina lluvia Revolver continuamente.
- Dar punto final, siguiendo el método de la prueba de agua.
- Colocar en moldes limpios, pasar sobre la superficie caliente un cuchillo mojado en agua para alisar la superficie y lograr una mayor presentación.
- Dejar orear aproximadamente una semana. Desmoldar, orear nuevamente. Envolver en papel manteca o celofán.

Nota: se puede agregar chocolate, cerezas, almendras o nueces confitadas. Los frutos secos deben confitarse para evitar que se oscurezcan y enrancien.

ALMIBARADOS



Definición

Se entiende por almibarado al producto obtenido por la cocción de trozos de frutas u hortalizas en soluciones crecientes de azúcar o edulcorantes naturales permitidos. El producto se envasa en forma hermética y es esterilizado en baño maría, la fase líquida debe tener una concentración superior a 55 °Brix.

Dentro de este grupo se encuentran las siguientes denominaciones:

- Frutas u hortalizas escurridas: cuando el jarabe excedente se escurre y quedan solo los trozos.
- Frutas escarchadas o abrillantadas: cuando los trozos son sometidos al mismo proceso de almibarado y al finalizar el proceso se cubren con una capa de azúcar cristalizada.

RECETAS

Zapallos en almíbar

Ingredientes:

- Zapallo de pulpa firme, cortados en cubos: 1,5 kg.
- Agua de cal: 100 g de cal apagada en 3 l de agua.
- Azúcar: 1 kg.
- Agua: 1 l.
- Jugo de 1 limón por kilogramo de trozos.
- Aromatizantes, cáscara de limón o naranja, vainillín a gusto.

Procedimiento:

- Preparar la solución de cal como se indica en “uso de cal”.
- Cortar, pelar, eliminar semillas y parte fibrosa, trozar lo más uniforme posible la parte
- Pesar 1 kg de cubos.
- Sumergir los cubos en la solución de cal, durante 30 a 40 minutos.
- Retirar y lavar con abundante agua limpia, eliminando todo resto de cal.
- Escurrir.

Primer punto (básica para todo almibarado):

- Preparar el almíbar, 1 l de agua y 500 g de azúcar. Llevar al fuego hasta que se vuelva brillante y suelte el hervor.
- Incorporar los cubos en el almíbar hirviendo cuando suelta el hervor. De ser necesario espumar las impurezas del azúcar. Colocar la cáscara de limón o naranja. Dejar hervir unos 15 minutos controlando que no se “contraigan”. En caso de observar este defecto apagar el fuego.
- Reposar de un día para otro.

Segundo punto:

- Sacar los cubos del almíbar.
- Llevar al fuego el almíbar, incorporar 500 g de azúcar, (la misma cantidad que en el primer punto). Revolver, espumar y cuando suelta el hervor colocar los cubos nuevamente.
- Dejar hervir aproximadamente 15 minutos.
- Apagar el fuego y dejar reposar de un día para otro.

Tercer punto:

- Colocar al fuego la olla completa, esta vez sin sacar los cubos. Adicionar el jugo de limón y vainillín. Llevar a ebullición durante unos 15 minutos.
- Envasar en caliente, primero los cubos y luego el almíbar filtrado y caliente. Si se enfría calentar para mantener las temperaturas constantes y favorecer que se produzca el vacío.
- Eliminar el aire ocluido introduciendo un cuchillo hasta el fondo del frasco ejerciendo una leve presión hacia adentro.
- Esterilizar a baño maría 25 minutos a partir de que suelta el hervor. Retirar los frascos del agua o el agua de la olla.

Nota: si en el tercer punto el almíbar queda muy liviano, se puede extender la cocción hasta que el almíbar tenga mayor consistencia.

Batatitas en almíbar

Ingredientes:

- Batatas en trozos y torneadas: 1,5 kg.
- Azúcar: 1 kg.
- Agua: 1 l.
- Jugo de 1 limón por kilogramo de trozos.
- Aromatizante, cáscara de limón, naranja, chaucha de vainilla o vainillín.
-

Procedimiento:

- Lavar y pelar las batatas. Mientras se realiza esta tarea se colocan en un recipiente con agua y jugo de limón o ácido cítrico para evitar oxidaciones.
- Tornear cada trozo, redondeando sus formas. El tamaño debe ser lo más uniforme posible.
- Escurrir y pesar.

Primer punto (básica para todo almibarado):

- Preparar el almíbar, 1 l de agua y 500 g de azúcar. Llevar al fuego hasta que se vuelva brillante y suelte el hervor.
- Incorporar los trozos en el almíbar hirviendo cuando suelta el hervor. De ser necesario espumar las impurezas del azúcar. Colocar la cáscara de limón o naranja. Dejar hervir unos 20 minutos controlando que no se “contraigan”. En caso de observar este defecto apagar el fuego.
- Dejar reposar de un día para otro.

Segundo punto:

- Sacar los trozos del almíbar.
- Llevar al fuego el almíbar, cuando suelte el hervor incorporar 500 gramos de azúcar, la misma cantidad que en el primer punto. Revolver, espumar y cuando suelta el hervor colocar los trozos.
- Dejar hervir aproximadamente 20 minutos.
- Apagar el fuego y dejar reposar de un día para otro.

Tercer punto:

- Colocar al fuego la olla completa, esta vez sin sacar los trozos. Adicionar el jugo de limón. Llevar a ebullición durante unos 20 minutos.
- Envasar en caliente, primero los trozos y luego el almíbar filtrado y caliente. Si se enfría calentar para mantener las temperaturas constantes y favorecer que se produzca el vacío.
- Eliminar el aire ocluido introduciendo un cuchillo hasta el fondo del frasco ejerciendo una leve presión hacia adentro.
- Esterilizar a baño maría 25 minutos a partir de que suelta el hervor. Sacar los frascos del agua o el agua de la olla.

Nota: si en el tercer punto el almíbar queda muy liviano, se puede extender la cocción hasta que el almíbar tenga mayor consistencia.

Higos en almíbar

Ingredientes:

- Higos, 1,5 kg. Los higos deben estar verdes para su consumo, con color rosado por dentro y verde por afuera y de textura bien firme.
- Azúcar: 1 kg.
- Agua: 1 l.
- Jugo de 1 limón por kilogramo de higos.
- Aromatizante, cáscara de limón, naranja, chaucha de vainilla o vainillín.
-

Procedimiento:

- Seleccionar y lavar los higos.
- Escaldar en agua, durante 10 minutos de hervor.
- Escurrir.
- Pinchar o cortar la parte superior en cruz.

Primer punto (básica para todo almibarado):

- Preparar el almíbar, 1 l de agua y 500 g de azúcar. Llevar al fuego hasta que se vuelva brillante y suelte el hervor.
- Incorporar los higos en el almíbar hirviendo cuando suelta el hervor. De ser necesario espumar las impurezas del azúcar. Colocar la cáscara de limón o naranja. Dejar hervir unos 20 minutos controlando que no se “contraigan”. En caso de observar este defecto apagar el fuego.
- Dejar reposar de un día para otro.

Segundo punto:

- Sacar los higos del almíbar.
- Llevar al fuego el almíbar, cuando suelte el hervor incorporar 500 g de azúcar, es decir la misma cantidad que en el primer punto.
- Colocar nuevamente los higos en el almíbar hirviendo.
- Dejar hervir aproximadamente 20 minutos.
- Apagar el fuego y dejar reposar de un día para otro.

Tercer punto:

- Colocar al fuego la olla completa, esta vez sin sacar los higos, se agrega el jugo de limón y vainillín. Llevar a ebullición durante unos 20 minutos.
- Envasar en caliente, primero los higos, golpeando un poquito el frasco para que se acomoden y luego se adiciona el almíbar filtrado y caliente. Si se enfría calentar para mantener las temperaturas constantes y favorecer que se produzca el vacío.
- Eliminar el aire ocluido introduciendo un cuchillo hasta el fondo del frasco ejerciendo una leve presión hacia adentro.
- Esterilizar a baño maría 25 minutos a partir de que suelta el hervor. Retirar los frascos del agua o el agua de la olla.

Nota: si en el tercer punto el almíbar queda muy liviano, se puede extender la cocción hasta que el almíbar tenga mayor consistencia.

Quinotos en almíbar

Ingredientes:

- Quinotos: 1,5 kg en buen estado de madurez.
- Azúcar: 1 kg.
- Agua: 1 l.

Procedimiento:

- Pinchar con palillo o tenedor y sumergir en agua fría durante dos o tres horas, cambiar el agua varias veces para eliminar el sabor amargo.
- Escurrir y pesar. (No se pasan por cal, ni se escaldan).

Primer punto:

- Preparar el almíbar, 1 l de agua y 500 g de azúcar. Llevar al fuego hasta que se vuelva brillante y suelte el hervor.
- Incorporar los quinotos en el almíbar hirviendo cuando suelta el hervor. De ser necesario espumar las impurezas del azúcar. Colocar la cáscara de limón o naranja. Dejar hervir unos 10 minutos controlando que no se "contraigan". En caso de observar este defecto apagar el fuego.
- Dejar reposar de un día para otro.

Segundo punto:

- Sacar los quinotos del almíbar.
- Llevar al fuego el almíbar, cuando suelte el hervor incorporar 500 gramos de azúcar, es decir la misma cantidad que en el primer punto. Cuando suelta hervor se colocan los quinotos.
- Dejar hervir aproximadamente 10 minutos.
- Apagar el fuego y dejar reposar de un día para otro.

Tercer punto:

- Colocar al fuego la olla completa, esta vez sin sacar los quinotos. Llevar a ebullición durante unos 10 minutos.
- Envasar en caliente, primero los quinotos, golpeando un poquito el frasco para que se acomoden y luego adicionar el almíbar filtrado y caliente. Si se enfría calentar para mantener las temperaturas constantes y favorecer que se produzca el vacío.
- Eliminar el aire ocluido introduciendo un cuchillo hasta el fondo del frasco ejerciendo una leve presión hacia adentro.
- Esterilizar a baño maría 20 minutos a partir de que suelta el hervor. Retirar los frascos del agua o el agua de la olla.

Nota: los quinotos fácilmente se contraen, en ese caso apagar el fuego inmediatamente, aunque no haya cumplido el tiempo de cocción, dejar reposar y dar un punto más para que tome consistencia el almíbar.

Cascaritas de naranja confitadas

Ingredientes:

- Naranjas: 1 kg.
- Azúcar: 700 g.
- Agua: 700 ml.

Procedimiento:

- Lavar las naranjas y pasar una esponja para eliminar toda impureza.
 - Romper las células externas con un rayador fino o cuchillo haciendo leve presión. No es necesario sacar ralladura. Deben conservar su color original.
 - Hervir las naranjas enteras unos 15 minutos hasta que la cáscara esté tierna.
 - Escurrir y dejar enfriar.
 - Cortar en ocho gajos.
 - Preparar almíbar, según las proporciones indicadas. Cuando suelta el hervor se agregan los gajos de naranja y se continúa la cocción hasta alcanzar el punto final. Las cascaritas deben quedar tiernas, brillantes y casi transparentes.
- A. Naranjas confitadas: envasar en caliente y cubrir con almíbar hasta un centímetro del borde superior del frasco, tapar y dar baño maría durante 15 minutos.
- B. Cascaritas escurridas: retirar del almíbar y escurrir. Una vez oreadas se utilizan en postres o se recubren con chocolate. Se guardan en frascos o bolsas de papel.
- C. Cascaritas abrillantadas: una vez finalizado el confitado, retirar las cascaritas y escurrir. Descartar el almíbar que quedó del confitado. Preparar en almíbar nuevo, con una parte de agua y una parte de azúcar. Llevar al fuego y dejar hervir hasta que comienza a consumirse y forma una espuma grande, brillante y blanquecina. Sumergir las cascaritas para que se bañen en el almíbar espeso. Retirar y acomodar sobre una superficie bien lisa o sobre papel aluminio. Al orearse se pueden guardar.

Nueces y almendras confitadas

Ingredientes:

- Nueces y almendras, peladas.
- Azúcar: 500 ml.
- Agua: 500 ml.
-

Procedimiento:

- Pelar los frutos secos.
- Hervir en agua 5 minutos.
- Dejar secar de un día para otro.
- Preparar el almíbar, hasta punto bolita: cuando se deja caer una gota de almíbar y forma una bolita.
- Sumergir los frutos en el almíbar caliente y sacar rápidamente y escurrir sobre una rejilla, para eliminar el exceso de almíbar. Dejar secar.
- Guardar en frasco o bolsas de papel.

Nota: estos frutos así acondicionados sirven para adicionar a mermeladas, dulces o para rellenar almibarados, sin que tiñan de colores oscuros alrededor de los frutos secos o provoquen enranciamiento y por consiguiente sabores desagradables al producto principal.

Manzanas en almíbar

Ingredientes:

- Manzanas verdes limpias y cortadas en rodajas: 1 kg.
- Azúcar: 700 g.
- Agua: 700 ml.
- Agua saturada de cal (ver uso de cal).
- Canela en rama.

Procedimiento:

- Lavar y pelar las manzanas.
- Cortar en rodajas.
- Sumergir en una solución saturada de cal, durante unos 20 minutos. Retirar. Lavar con abundante agua limpia.
- Preparar el almíbar y cuando suelta el hervor agregar las rodajas y la canela en rama. Cocinar durante 15 minutos.
- Retirar del fuego, envasar en caliente y adicionar el almíbar sobrante
- Tapar dejando un espacio de 1 cm.
- Esterilizar a baño maría durante 10 minutos. Retirar los frascos del agua o el agua de la olla.