



**fundacja  
pomocy  
psychologicznej**

### **Przepis był dla Ciebie pomocny?**

Podziękuj i przekaż darowiznę na naszą fundację!  
Pomóż nam wspierać osoby w kryzysie psychicznym.

FundacjaPsychologiczna.pl



## **Dżem z borówki amerykańskiej bez cukru - przepis**

Ten wariant przepisu stawia na prostą listę składników i konkretne wykonanie bez zbędnych ozdóbek. Przepis na dżem z borówki amerykańskiej bez cukru może dać bardzo dobry efekt, jeśli zachowasz proporcje i nie pominiesz najważniejszych etapów przygotowania. To wpis przygotowany tak, żeby szybko sprawdzić, co jest potrzebne i jak przejść przez cały proces.

### **Składniki**

- 1 kg borówki amerykańskiej
- 1 łyżka soku z cytryny
- szczypta soli

### **Przygotowanie krok po kroku**

1. Borówkę amerykańską dokładnie umyj, przełóż do garnka i lekko rozgnieć widelcem lub tłuczkiem do ziemniaków.
2. Dodaj sól oraz sok z cytryny. Gotuj owoce na małym ogniu ok. 40 minut, co jakiś czas mieszając, aby się nie przypaliły, a nadmiar soku odparował i dżem lekko zgęstniał.
3. Gotowy, jeszcze gorący dżem przełóż do czystych i suchych słoików, mocno dokręć i połóż słoiki do góry dnem, na około 5 minut. Po tym czasie postaw słoiki w prawidłowej pozycji i poczekaj aż ostygną. Jeśli chcesz mieć pewność, że słoiki bez problemu się zamkną, wlewany dżem powinien być cały czas gorący. Przygotowany w ten sposób dżem z borówki amerykańskiej nie wymaga już pasteryzacji.
4. Na imprezę , Przekąski Ciasto francuskie z gruszką i serem pleśniowym