

SUPER DÁ½EM Z BANÁ•NÁ®

Ášter½, 22 srpen 2017

Jak jsem slíbila, tak udělám. Dá¾em jsem udělala, postup nafotila, a proto¾e mně i mým známým super chutnal a je super levný (! - v našich krajích dříve neuvěřitelné), nabízím vám ho veškerem ke zhotovení. Jo, ješ jsem zapomněla - je i super jednoduchý :-)), to se povede snad laur ka¾dému...

Tak - co všechno budete potřebovat:

cca kilo oloupaných hodně zralých banánů - připadná černá místa vykrojíte;

¾elírovací cukr - já použila ten 4 : 1 - zcela to stačilo, banánky jsou samy o sobě velmi, velmi sladká záležitost;

jednu limetku;

trochu citronové kyseliny

Postup:

banány nakrájejte na kolečka,

zalijte vodou, aby byly jakýtak ponořeny, a nechte vařit;

omyjte a oloupejte limetku, vyjměte jádérka, asi tak jeden dva zelené proužky z limetky dejte do hrnce k banánům, stejně tak i dužinu z limetky - pokud možno bez bílého obalu...

Po chvíli pak proužky káry vyjměte, zavařenina by byla hotová!

je docela fajn do zavařeniny přidat nějaké pevnější ovoce - já použila tři broskve

přikládám i velmi jednoduchý návod, jak z broskví (nektarinek a podobného ovoce) odstranit vyjmout pecku

pokud bude ovoce rozmrazeno, rozmixujte, trochu odvaďte vodu, a pak přimíchejte dle návodu želírovací cukr.

Použila jsem ten 4 : 1 - protože, jak říkám, banány jsou sladké a a, takže netřeba je moc přeslazovat.

A bude "kaše" hotová, přimíchejte dle návodu želírovací cukr a teď už jen opatrně ochutnávejte, případně trošičkou kyseliny citronové dolávejte; a už je dílo hotovo, takže se s tím do skleniček.

Zalít, zavíkovat, otočit víčkem dolů a po zchlazení uklidit...

Je to super na lívance, palačinky, na bábovku, do jogurtu... A - které dobré ovoce dnes koupíte za 19,- Kč kilo?

d@niela