

# CHUTNEY DE CAQUI Y PERA



| Medio



| 80 min.



| 500 g



| 0,40 €/100 g

## INGREDIENTES

- 1 pera grande madura
- 1 caqui pérsimon
- ½ cebolla
- 3 limones
- 1 vaina de vainilla
- 1 c.c. canela en polvo
- 2 rodajitas de jengibre o jengibre en polvo
- 80 g azúcar integral
- ½ c.c. chile en polvo (opcional)
- Sal



## ALÉRGENOS

**ESTA RECETA NO CONTIENE ALÉRGENOS DE DECLARACIÓN OBLIGATORIA**

## ELABORACIÓN

1. Pelar la pera y el caqui, cortar en cuadraditos y poner en un cazo.
2. Cortar la cebolla en trocitos pequeños. Añadir al cazo.
3. Añadir el zumo de los limones, la vaina de vainilla (con un corte longitudinal), canela, jengibre, azúcar, sal y chile al gusto.
4. Poner a fuego medio, removiendo, hasta que empiece a hervir. Bajar el fuego y dejar cocinar durante una hora, removiendo de vez en cuando, hasta que tenga consistencia de mermelada.

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Por 100 g	energía	hidratos de carbono	azúcares	grasas	grasas saturadas	proteínas	fibra	sal
	91 Kcal	20,4 g	19,6 g	0,1 g	0 g	0,6 g	1,3 g	0,3 g

## NUTRI-SCORE



### ¡EVITA EL DESPERDICIO!

- Haz conservas en tarros pequeños de cristal, evitarás que se estropee.

### CONSEJOS CONSCIENTES

- Utilízalo en tostadas, o como acompañamiento para carne, es ideal para generar contraste salado/agridulce.