

# MERMELADA DE GUAYABA

Receta sencilla de preparar, nutritiva, económica y deliciosa.

## INGREDIENTES

**PORCIÓN: 300 ml**

- 1/2 kg. guayabas maduras
- Canela en polvo
- 2/3 de taza de azúcar mascabado
- 1/2 taza de agua

**NOTA: TODAS LAS VERDURAS DEBEN DE ESTAR PREVIAMENTE LAVADAS Y DESINFECTADAS.**

## Modo de preparación

retiramos las puntas a  $\frac{1}{2}$  kilo de guayabas y las partimos en 4 partes cada una. Las pasamos a un recipiente. Les agregamos  $\frac{1}{2}$  taza de agua y las ponemos a hervir. Cuando empiecen a burbujear, tapamos la olla y bajamos a fuego bajo. Las dejamos hervir 15 minutos más. (De vez en vez, las revolvemos un poco)


que enfríen un poco y las pasamos al vaso de la licuadora. Licuamos hasta que se integren bien. Apagamos la licuadora y colamos. (Si vemos que está muy espesa la pulpa agregamos  $\frac{1}{4}$  de taza a la licuadora y licuamos, para enjuagar el residuo y colarlo junto con toda la pulpa)

la pulpa a una olla, agregamos 2/3 de taza de azúcar mascabado o el endulzante de su preferencia. Agregamos un poco de canela en polvo y  $\frac{1}{4}$  de taza de agua. Mezclamos bien. Pasamos la olla a la estufa y prendemos a fuego bajo. Revolvemos constantemente durante 7 minutos. Apagamos el fuego.

que enfríe y envasamos en un frasco de cristal.

Ver video

## @Candy-df9jz

Gracias nuevamente Sra. Hermosa por su aportación al mundo de esta mermelada vegana saludable y por su puesto a su hijo con sus investigaciones y pruebas en su laboratorio para darnos recetas deliciosas! Me encantan los dos! 

## @patriciaavila5238

Hola. Hola. Familia vegan fácil Se me antojo , es una de mi fruta favorita. El aderezo de guayaba me encanto. Dios les siga bendiciendo

## @rosariorodriguez3892

Simplemente se mira Ricas estas mermeladas lo mejor que son natural estamos asiendo estás resetas yo y mis hijas las estamos consumiendo y nos sentimos muy bien que asta ya estamos bajando de peso sin problema de nada gracias muchas gracias por compartir sus deliciosos platillos saludos desde Gainesville ga en estados unidos

## @michellecruz6595

Esta ha sido la mejor receta!! Me quedó riquísima y duró más de 15 días, miiiiil gracias !!