



“Marmellata di arance”

Ingredienti

- ✓ 2 Kg di arance biologiche
- ✓ 500-600 g di zucchero integrale

Preparazione

Rimuovete la buccia delle arance ed eliminate eventuali semi. Tagliate le arance a tocchetti, poneteli in una pentola, aggiungete lo zucchero integrale e cuocete a fiamma moderata per circa 50 minuti.

Se desiderate, prima di rimuovere le bucce di 2 o 3 arance tagliatele a julienne o a scaglette (togliendo con un coltello la parte bianca, spugnosa e amara) ed aggiungetele alla marmellata durante la cottura.

Nel frattempo ponete i vasetti con i coperchi in una pentola colma d'acqua; portate ad ebollizione e fateli bollire per circa mezz'ora. Rimuovete i vasetti ed i coperchi dall'acqua solo quando la marmellata sarà pronta; invasate, chiudete con il coperchio e capovolgeteli per creare il sottovuoto.

Buona salute a tutti!