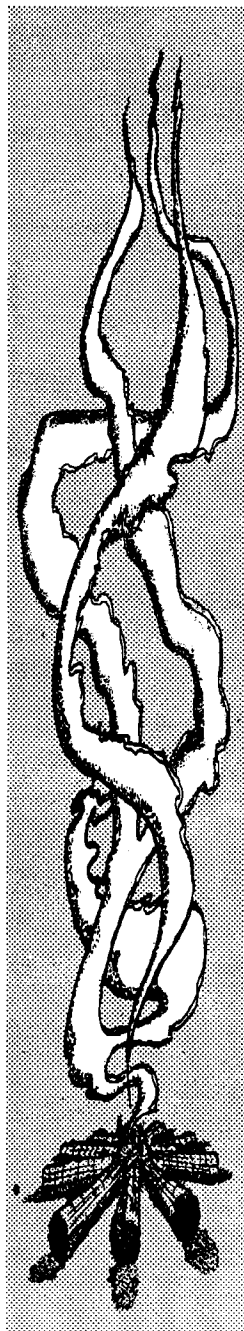


FABRICACIÓN DE MERMELADAS Y CONSERVAS CASERAS

ANEXO TÉCNICO

Nº 032



Red de Elaboración de Material Educativo

La elaboración y consumo de mermeladas ha tenido siempre gran aceptación gracias a su bajo costo, exquisito sabor y múltiples posibilidades de combinación.

Junto con otras confituras como dulces de frutas, compotas y conservas, nacieron para aprovechar y conservar los frutos de las más prolíferas estaciones del año.

Si bien las técnicas de conservación son de fácil aprendizaje y manejo, para lograr resultados de buena calidad es necesario contar con los materiales adecuados, tomar ciertas precauciones y seguir con rigurosidad las instrucciones.

Respecto a los materiales, además de los ingredientes requeridos para la elaboración de cada una de las diferentes mermeladas, son necesarios los siguientes implementos básicos:

- ✓ Una olla de peltre (no de aluminio por la contaminación por metales pesados –aluminio o plomo) sin raspaduras
- ✓ Una cacerola grande para la esterilización de los frascos
- ✓ Cucharas medidoras
- ✓ Una báscula
- ✓ Guantes térmicos
- ✓ Trapos limpios
- ✓ Tazas medidoras
- ✓ Cucharas de madera
- ✓ Un pañuelo o gorro para la cabeza, para evitar que pueda caer un cabello
- ✓ Delantal
- ✓ Frascos de vidrio los cuales puedan reciclar, lavados y esterilizados
- ✓ Las tapas siempre tienen que ser nuevas y el empaque de éstas tiene que ser de un material llamado plastisol (plástico especial para conservas). NO PUEDEN SER REHUSADOS en las mermeladas ya que el empaque se vuelve flácido
- ✓ Etiquetas para los envases

En cuanto a las precauciones, hay tres detalles que resultan fundamentales para asegurar la conservación de los productos en perfectas condiciones:

- 1) La limpieza y esterilización de los frascos
- 2) El máximo de higiene y cierre hermético
- 3) La esterilización de las conservas envasadas (sobre todo cuando serán almacenadas por largo tiempo)

Para la industria casera de mermeladas, el envase de vidrio es el que ofrece las mayores garantías; es higiénico, permite ver el contenido para mantener un control más estricto y es el más económico de los frascos, pues puede ser utilizado repetidas veces.

La esterilización previa de los frascos, un adecuado procedimiento de secado y el cierre hermético de los mismos, permitirán que las mermeladas elaboradas se conserven durante mucho tiempo manteniendo su calidad.

Para esterilizar los frascos

- ✓ En una cacerola grande se ponen los frascos a esterilizar.
- ✓ Se le pone agua a la cacerola hasta la mitad de su capacidad y se introducen en ella. Se deja que hiervan 15 minutos, al colocarles agua adentro, éstos no chocarán y no se romperán. Cuando ya han transcurrido los 15 minutos se colocan las tapas en la boca de los frascos con agua y se dejan por 5 minutos más.

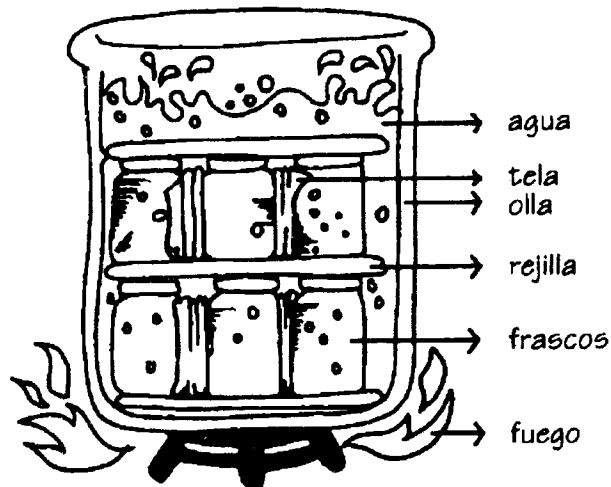
- ✓ Es importante que a la hora de envasar nuestras mermeladas, no estén fríos los frascos ni la mermelada, ya que si éstos se enfrían, no se hará el vacío y se fermentará más rápido nuestra fruta.

- ✓ Cuando vayamos a empezar a envasar la mermelada, hay que sacar los frascos de la cacerola y sacudirlos varias veces para quitar el agua, lo mismo se hace con la tapa (hay que utilizar unas pinzas o bien los guantes).

- ✓ Llenamos con una cuchara nuestro frasco aún caliente, con la mermelada también caliente, hasta donde inicia el cuello del frasco. Limpiar el cuello del frasco para quitar la mermelada excedente y lo cerramos fuertemente. Lo introducimos de nuevo a la cacerola y repetimos la operación hasta terminar, dejamos los frascos llenos por 5 minutos más en la cacerola.

- ✓ Poner los frascos a enfriar y posteriormente guardarlos en un lugar oscuro y seco.

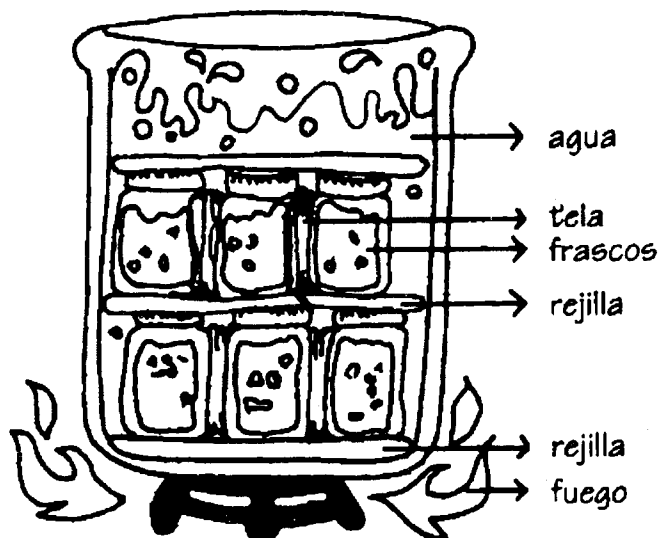
- ✓ Hay que etiquetar los frascos poniendo qué tipo de mermelada se trata y además la fecha de elaboración.



Para esterilizar las conservas envasadas

Se asegura una conservación indefinida si, una vez envasadas herméticamente las distintas mermeladas, se realiza una última esterilización. Para ello se sigue el mismo procedimiento utilizado durante la esterilización de los frascos vacíos, ahora llenos y cerrados.

Los materiales necesarios para estas tareas son sencillos y de fácil adquisición: una olla grande para hervir los frascos, rejilla de madera para separarlos y secarlos y trozos de tela para envolverlos y evitar que se quiebren durante la esterilización.



Al manipular alimentos es muy importante la limpieza. Por ello, además de realizar los procedimientos de esterilización señalados, es necesario **cuidar la higiene del ambiente y lugar de trabajo**. Algunas medidas necesarias son:

- ✓ Mantener las uñas limpias y lavarse las manos antes y después de manipular alimentos; después de ir al baño o tocar objetos como dinero, restos de comida, alimentos sin lavar, botellas, etc.; después de tocarse el pelo, nariz u otra parte del cuerpo; después de botar restos de comida a la basura; etc.
- ✓ En caso de tener alguna herida en las manos es necesario utilizar guantes de goma para la manipulación de alimentos.
- ✓ Mientras se realiza el trabajo no pueden usarse pulseras, anillos, relojes y otros accesorios que puedan guardar restos de suciedad adheridos a ellos.
- ✓ Es recomendable usar siempre tapabocas, pues al toser o estornudar caen microbios sobre los alimentos o las manos. El pelo debe estar limpio y recogido, evitando que caiga sobre los alimentos.
- ✓ Los utensilios que se empleen y el lugar de trabajo deben estar limpios y ordenados.
- ✓ El depósito de desperdicios debe estar alejado de los lugares de almacenamiento y manipulación de los alimentos.

Además de los cuidados mencionados, los que deben tenerse en cuenta siempre que se manipulen alimentos, existen otras **recomendaciones importantes para la tarea específica de confeccionar mermeladas**:

- ✓ Las mermeladas deben cocerse en **recipientes holgados**, pues deberán ser continuamente revueltas para impedir que se adhieran a las paredes o al fondo de la olla. Este continuo movimiento sirve para hacer subir la espuma a la superficie y poder eliminarla para que la fruta no fermente.
- ✓ Las **frutas** que se utilicen para elaborar las mermeladas deben estar igualmente maduras; de lo contrario, no se cocerán de manera uniforme. Además, deben ser de **buena calidad, sanas y frescas**.
- ✓ De ninguna manera deben utilizarse recipientes de cobre para elaborar las mermeladas, a menos que estén bien estañados, pues pueden estropear el sabor de la fruta.
- ✓ Una vez iniciada la cocción de las mermeladas no debe agregarse más agua, a menos que aparezca expresamente señalado en la receta.
- ✓ Las mermeladas deben revolverse con una **cuchara nueva de madera**, lo suficientemente larga para que toque el fondo de la olla. Es recomendable que cada preparado tenga su propia cuchara, evitando así que se mezclen los sabores.
- ✓ A menos que las instrucciones señalen lo contrario, el calentamiento de las mermeladas debe realizarse a fuego lento.
- ✓ Al preparar las mermeladas es muy importante ajustarse a las proporciones indicadas en la receta. Cualquier variación o duda es conveniente consultarla con un especialista o una persona con más experiencia.
- ✓ Se debe ser muy cuidadoso con el trabajo mientras haya recipientes en el fuego o mermelada caliente, pues éstas pueden producir graves quemaduras al contacto directo con la piel.
- ✓ Las mermeladas **se envasan** cuando aún están **calientes o tibias**, nunca frías.
- ✓ Cada frasco de mermelada debe tener una etiqueta en la que aparezca el nombre del producto, su fecha de elaboración y, opcionalmente, sus ingredientes.
- ✓ El azúcar blanca puede reemplazarse por azúcar gelatinizante. Este producto es bajo en calorías y puede ser consumido por personas que sufren de diabetes.



SCOUTS

ASOCIACIÓN DE SCOUTS DE MÉXICO A.C.

Derechos Reservados por la
Asociación de Scouts de México, A.C.
Córdoba 57, Col. Roma,
C.P. 06700, México, D.F.

Adaptación por: Martha Zárate L.

Editado por la Dirección Nacional de
Publicaciones de la Asociación de
Scouts de México, A.C.

Primera Edición: mayo de 1996.

Esta ficha no puede ser reproducida,
total o parcialmente, sin autorización
escrita del editor.

IMPRESO EN MÉXICO

Esta edición consta de 1,000 ejemplares.
Impresa en Litoarte S.A. de C.V.
San Andrés Atoto 21-A, Col. Ind. Atoto
Naucalpan 53519, Edo. de México.

**PUBLICACIÓN
FINANCIADA POR
EL FONDO SCOUT
NACIONAL**

Pongámonos de acuerdo

Según los países, los términos de repostería no siempre coinciden, por lo que es necesario ponerse de acuerdo en algunas definiciones y así garantizar la comprensión de las instrucciones.

aclarar:	hacer menos espeso o denso, reblandecer.	hollejo:	pellejo o piel delgada que cubre algunas frutas.
almíbar:	azúcar disuelta en agua y cocida a fuego lento hasta que tome consistencia de jarabe. La proporción debe ser: 1 lt. de agua por 1/2 kg. de azúcar.	laminar:	cortar en forma de láminas.
arope:	jugo de frutas cocidas.	lejía:	ceniza de carbón vegetal disuelta en agua.
cuajar:	cuando una sustancia líquida, puesta a enfriar, se pone pastosa o semi sólida.	macerar:	mantener en líquido una sustancia sólida con el fin de ablandarla o reblandecerla.
cucharadita:	la porción que cabe en una cucharadita de té no muy llena.	pectina:	sustancia gomosa que se encuentra en las paredes celulares de las frutas y permite la gelificación de las mermeladas. Puede substituirse por grenetina o gelatina sin sabor.
dar hervor:	soltar el hervor; poner un líquido en contacto con el calor hasta su primera ebullición.	pulpa:	para efectos de repostería puede significar: 1) parte blanda de la fruta y, 2) especie de pasta que resulta de la fruta fresca una vez deshuesada y molida.
ebullir:	cuando un líquido, al contacto del calor, hierve.	rodaja:	tajada circular.
en jullana:	en tiras delgadas.	zumo:	líquido que se obtiene al exprimir las frutas.
en su punto:	una mermelada está en su punto cuando, poniendo un poco de ella en un plato frío, cuaja inmediatamente.		
escurrir:	destilar y dejar caer gota a gota un líquido.		

