

Conserve de prunes au naturel

Bonjour à toutes et tous,

Peut être faites vous la même chose : tous les ans, en été, mettre l'été en bocal en préparant des [conserve de fruits ou légumes](#). Ce rituel demande un peu de travail sur le moment (et d'organisation, ainsi que de capacité à transformer sa cuisine en « *industrie de la conserve* »). Mais en hiver, quand le ras-le-bol des fruits d'hiver se fait sentir où que l'on en a marre des carottes, betteraves et du céleri, aller chercher un bocal maison est un réel plaisir.

En arrivant dans le Gers – l'autre pays de la prune – je n'ai pas pu passer à côté de l'idée de mettre des prunes en bocal. Ces petits fruits qui poussent dans les vergers comme en sauvage se conservent bien dans un sirop léger. En hiver, ces conserve prunes permettent par exemple de préparer des salades de fruits ou des gâteaux qui changent des classiques de l'hiver aux pommes ou aux poires.

Même si cela ne révolutionne pas la cuisine, je voulais mettre le « tutoriel » de ces conserve sur le site pour que vous l'ayez à disposition. J'espère que cela vous plaira. Bonne journée !

- CONSERVES DE PRUNES -
AU NATUREL



Recette : Conserve prunes au naturel

Ingrédients

Équipement

- bocaux en verre (de la taille de votre choix, c.f. 2)
- rondelles en caoutchouc (Autant de rondelles que de bocaux)

Pour 4-8 bocaux selon la taille :

- 2 kg de prunes
- 1 litre d'eau (cf. 1)
- 250 g de sucre (cf. 1)

Réalisation

- Lavez soigneusement vos prunes, égouttez-les (et vérifiez qu'il n'y a pas de locataires si elles viennent de votre jardin). Si elles sont de petites tailles (mirabelles, prunes sauvages) gardez les entières. Si elles sont grosses (prunes d'Ente, quetsches, ...) coupez les en deux et retirez les noyaux.
- Lavez puis ébouillantez vos bocaux. Ajoutez une rondelle également ébouillante.
- Déposez vos prunes dans les pots, en évitant de dépasser le seuil de remplissage maximal.
- Dans une casserole, portez à ébullition l'eau et le

sucre. Laissez bouillir 1 minute puis remplissez vos bocaux jusqu'au trait de niveau (2 cl avant le rebord). Fermez aussitôt.

- Stérilisez pendant 30 minutes à 100°C.

Astuces

- *Utiliser* : servez les prunes au sirop telles quelles ou incorporez-les bien égouttées dans une préparation (gâteau, clafoutis, tarte...). Vous pouvez utiliser un peu de sirop pour parfumer une pâte à gâteau.
- (1) Quantités à titre indicatif, la quantité de sirop allant dépendre de vos bocaux et de leur remplissage. Si un litre ne suffit pas, reproduisez-en en respectant bien le dosage de 250g de sucre pour 1 litre d'eau.
- (2) Pour le choix des bocaux : des bocaux de taille 0,5L (en photo) correspondent plutôt à deux personnes et des bocaux d'1L pour 4.
- Personnalisez le sirop en le parfumant avec les aromates de votre choix. Badiane et cannelle fonctionnent bien avec des prunes.
- *Conservation* : jusqu'à un an au frais à l'abri de la lumière (garage, cave, etc).



Conserves de prunes au naturel



Découvrez aussi pour vous régaler l'été:

- [Salade pêches, prunes, mûres \(photo\)](#)
 - [Confiture de prunes sauvages](#)
 - [Clafoutis prunes et amandes](#)
-