




Dżem z derenia z nutą różaną

 Nikita

Polecane na: [desery](#), [przetwory](#), [przystawki i przekąski](#)

Kuchnia (region): [arabska](#), [polska](#)

Warto wiedzieć:

 20 min

 1 porcja

Składniki:

dereń - 1,2 kg

cukier - 300-350 g

płatki róży ucierane z cukrem - 2-3 łyżka

pektyna naturalna (zgodnie z zaleceniami na opakowaniu - około 12-15 g) -

Dodatkowe info:

Dereń jadalny - głównie jego czerwone owoce są znane i doceniane od wieków. Dzięki właściwościom leczniczym miał on zastosowanie w medycynie naturalnej. Dereń zawiera wiele cennych witamin i minerałów. Jest bogatym źródłem witaminy A, C oraz P, a ponadto żelaza, potasu, wapnia, fosforu, cynku, miedzi czy manganu. Owoce zawierają także inne substancje, potrzebne do utrzymania organizmu w zdrowiu i dobrej kondycji – beta-karoten, flawonoidy czy kwasy organiczne.

Dereń – właściwości lecznicze i prozdrowotne, m.in: pomaga niwelować objawy niedokrwistości; działa przeciwzapalnie i ściągająco; wykazuje właściwości zapierające; wzmacnia odporność organizmu; działa moczopędnie.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Dereń opłukać, włożyć do garnka z grubym dnem, wlać około 1/3 szklanki wody. doprowadzić do wrzenia, gotować kilka minut. Przystudzić i przetrzeć przez sito. Pestki wyrzucić, a przetarty dereń wlać do garnka, dodać cukier i płatki róży. Gotować kilka minut. Pod koniec dodać pektynę rozpuszczoną w odrobinie ciepłej wody. Gotować jeszcze chwilę, cały czas mieszając. Gorący dżem wlać do wyparzonych słoiczków, zakręcić je i odstawić do góry dnem na kilka minut. Dżem jest kwaskowaty, pachnący różą i pyszny. Jeżeli ktoś lubi słodkie dżemy należy dodać więcej cukru. Zamiast pektyny i cukru można użyć cukru

żelującego.