

Receta

Nombre Mermelada de cáscara de banana

Titular: Dayme Lajonchere

Ingredientes:

Cáscaras de 6 bananas maduras bien lavadas

500g de azúcar

2 tazas de agua

el jugo de un limón

1 rama de canela y 1 cucharadita de vainilla

Paso a paso

1. Lavar bien las bananas y cortar las cáscaras en trozos pequeños.

2. Hervir las cáscaras con 2 tazas de agua durante 15-20

minutos.

3. Procesarlas con un poco del agua de cocción.

4. Colocar la mezcla en una olla y agregar el azúcar, el limón y la canela.

5. Cocinar a fuego bajo durante 20-30 minutos, revolviendo hasta

Una receta de aprovechamiento que transforma una parte de la fruta que normalmente se desecha en un alimento sabroso y nutritivo. Esta preparación demuestra que es posible reducir el desperdicio de alimentos mediante el uso creativo de ingredientes que muchas veces terminan en la basura. Es una receta económica, sostenible y una excelente forma de promover el cuidado del medio ambiente.



Canelones
Gestión
Ambiental