

Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária  
Embrapa Informação Tecnológica  
Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento

# Conservas caseiras de frutas

Embrapa Informação Tecnológica  
Brasília, DF  
2006

# **Apresentação**

Empenhada em auxiliar o pequeno produtor, a Embrapa lança o *ABC da Agricultura Familiar*, que oferece valiosas instruções sobre o trabalho no campo.

Elaboradas em linguagem simples e objetiva, as publicações abordam temas relacionados à agropecuária e mostram como otimizar a atividade rural. A criação de animais, técnicas de plantio, práticas de controle de pragas e doenças, adubação alternativa e fabricação de conservas de frutas são alguns dos assuntos tratados.

De forma independente ou reunidas em associações, as famílias poderão beneficiar-se dessas informações e, com isso, diminuir custos, aumentar a produção de alimentos, criar outras fontes de renda e agregar valor a seus produtos.

Assim, a Embrapa cumpre o propósito adicional de ajudar a fixar o homem no campo, pois coloca a pesquisa a seu alcance e oferece alternativas de melhoria na qualidade de vida.

*Fernando do Amaral Pereira*

Gerente-Geral

Embrapa Informação Tecnológica

# Sumário

|   |    |
|---|----|
| Por que preparar conservas de frutas? .....           | 7  |
| Escolha das frutas .....                              | 9  |
| Cuidados básicos no preparo de conservas .....        | 10 |
| Como preparar geléias .....                           | 15 |
| O que é a pectina? .....                              | 16 |
| Preparo de geléias com frutas ricas em pectina .....  | 20 |
| Preparo de geléias com frutas pobres em pectina ..... | 21 |
| Receitas .....  | 22 |
| Como preparar compotas .....                          | 29 |
| Receitas .....  | 30 |
| Como preparar doces em massa .....                    | 37 |
| Receitas .....  | 38 |
| Como preparar frutas cristalizadas .....              | 44 |

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| Receitas .....                   | 46 |
| Como preparar frutas secas ..... | 48 |
| Receitas .....                   | 49 |
| Armazenamento .....              | 51 |

# Por que preparar conservas de frutas?

Você tem várias formas de comer frutas; aproveite o que a natureza oferece!

Além da opção de comer as frutas frescas, você pode secá-las ou transformá-las em geléias, em compotas, em doces, em sucos, em licores e até em pratos salgados!

Fazendo doces e outras conservas, você não desperdiça as frutas e passa a contar com maneiras diferentes de saboreá-las. Isso, é claro, faz melhorar a alimentação de sua família.

É interessante notar que as cascas e as sementes de muitas frutas e legumes podem ser aproveitadas, pois, em muitos casos, são até mais nutritivas do que a polpa.

Você pode ainda vender frutas desidratadas e potes de geléia, de doces em calda (compotas) ou em massa para ajudar na renda da família.