



Recette gourmande BONBONS FRUITÉS

Faits maison
Des bonbons tout doux,
pleins de fruits et faciles à réaliser !

Chez
Veronalice
PETITE ENFANCE



INGRÉDIENTS

Pour environ 40 bonbons

- 300 g de fruits frais
(fraise, framboise, orange,
menthe ou selon vos envies)
- 80 g de sucre
- 20 g de maïzena
(fécule de maïs)
- 1 c. à soupe de jus de citron
(facultatif, pour plus de goût
et de conservation)
- Un peu d'eau

1

Lavez et préparez
les fruits



Lavez soigneusement les fruits.
Épluchez-les si nécessaire
et coupez-les en petits morceaux.

2

Faites cuire les fruits



Dans une casserole, ajoutez
les fruits, le jus de citron et
un peu d'eau. Faites cuire à feu
doux pendant 10 à 15 minutes,
en remuant régulièrement.

3

Mixez et passez
au tamis



Mixez la préparation pour
obtenir une purée bien lisse.
Passez-la ensuite au tamis
pour enlever les petits grains
et obtenir un coulis bien fin.

4

Ajoutez le sucre
et la maïzena



Remettez la purée dans
la casserole. Ajoutez le sucre
et la maïzena. Mélangez bien
pour éviter les grumeaux.

5

Faites épaissir



Faites chauffer à feu moyen
tout en remuant sans cesse.
Laissez cuire jusqu'à ce que
la préparation épaississe
(elle doit napper la cuillère).

6

Versez dans les moules



Versez la préparation encore
chaude dans des moules
à bonbons en silicone.
Laissez légèrement refroidir
à température ambiante.

7

Placez au frais



Mettez les moules au réfrigérateur
pendant au moins 2 à 3 heures,
jusqu'à ce que les bonbons soient
bien fermes.

8

Démoulez et régalez-vous !



Démoulez délicatement vos bonbons
et conservez-les dans une boîte hermétique
au réfrigérateur. Ils se gardent plusieurs jours !

Mes petits conseils

- Variez les fruits selon les saisons :
fraise, framboise, mangue, pêche,
abricot, orange...
- Pour des bonbons plus fermes,
ajoutez un peu plus de maïzena.
- Vous pouvez aussi utiliser
du jus de fruits 100 % naturel
(pas trop liquide).
- Ces bonbons sont sans colorant
ni conservateur : 100 % naturels !

Un petit plaisir
fruité et coloré
à partager !



Chez Veronalice