

Kompot z dýně

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Cukr krystal 800 g
- Kyselina citrónová 2 lžička
- Ananasový kompot 1 ks
- Hřebíček 3 ks
- Studená voda 2 l
- Citrón 2 ks
- Dýně 3 kg
- Ananasové aroma 1 ks

Doba přípravy: 120 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Dýni oloupeme, vydlabeme semennou část a dužinu nakrájíme na menší kostky. Vložíme je do 2 litrů studené vody s 3 hřebíčky a necháme několik hodin stát.

Potom přidáme nakrájené citrony na hrubší plátky i s kůrou, ale bez semen. Přidáme cukr a kyselinu citronovou. Vaříme necelých 10 minut, než zeskvoutí. Kompot odstavíme, vyndáme hřebíčky a citrony. Hřebíček není dobré dávat do sklenic, je moc aromatický. Ponecháme-li v kompotě citron, tak nám obsah sklenice časem zbledne. Ochutíme 1 lahvičkou ananasového aroma nebo 1 velkým ananasovým kompotem.

Kompot z dýně naplníme do sklenic a sterilujeme 20 minut při 80 °C.