

# Aardbeienjam met minder suiker

In Noorwegen kopen wij altijd heerlijke jam, voor gebruik daar maar er gaan ook zeker een aantal potten mee naar huis! De jam bevat minder suiker dan de standaard jam in Nederland, bevat hele aardbeien (niet altijd even praktisch tussen een boterham, maar wel erg lekker!) en is wat dunner dan de Nederlandse jam. Ook dit jaar sleepten wij een aantal potten jam mee naar huis. Maar ai...wat als die leeg zijn en je geen zin hebt om op de jam uit de schappen van de Nederlandse supers over te stappen? Het antwoord is natuurlijk: zelf maken! We kochten (de aardbeienplanten in onze tuin hebben de zeer droge zomer helaas niet overleefd) een partij heerlijk zomerse aardbeien en maakten daar net zo lekkere jam mee als we in onze vakantie aten! Ik had de Noorse potjes bewaard en deed hier de aardbeienjam in, net echt! De zomer(vakantie) gevangen in een potje. ☐ Met dit recept vulde ik 3 (en een halve) potten van 400 gram.



## **Ingrediënten:**

- 1000 gram schoongemaakte en ontkroonde aardbeien
- 400 gram Van Gilse geleisuiker speciaal (hiermee maak je minder zoete jam dan de standaardversie)

## **Werkwijze:**

- Steriliseer de schoongemaakte potten die je wilt gebruiken. Dit kan door de potten in een grote pan op een theedoek te zetten tot ze helemaal onder water staan en deze 15 minuten te koken. De potten kan je voorzichtig uit de pan halen met een pottentang, pas goed op dat er geen kokend water uit de potten klotst! Je kan de potten ook in de oven zetten en ze 15 minuten bij 160 graden Celsius verhitten.

- Terwijl je de potten steriliseert, maak je de jam. Je kan de potten dan vullen terwijl ze nog warm (en steriel) zijn.
- Doe de ontkroonde aardbeien in een ruime pan.
- Doe hier de geleisuiker bij. We gebruiken geleisuiker in plaats van gewone suiker omdat hier pectine en citroenzuur in zit. Dit is bij de pectine-arme aardbeien nodig is om de jam te laten geleren.
- Breng de aardbeien met de geleisuiker aan de kook en laat een aantal minuten zachtjes koken.
- Steek een lepel in de jam en haal deze er weer uit. Laat de jam op de lepel afkoelen. Wordt de jam stevig? Dan is deze goed.
- Afhankelijk van je voorkeur voor gladde jam of jam met hele aardbeien kan je nog even de staafmixer door het mengsel halen.
- Giet de jam in de schone potjes die je op een schone handdoek hebt neergezet. Gebruik een brandschone vultrechter om het overgieten te vergemakkelijken.
- Zorg ervoor dat de randjes van de potjes schoon blijven en draai direct na het vullen de deksels op de pot.
- Zet de potten 5 minuten op de kop en keer dan weer om en laat rustig verder afkoelen.
- Als je “klik” hoort zijn je potten goed vacuüm getrokken en zijn ze gesloten circa 6 maanden houdbaar.