

Ingrédients pour 2 petits pots

Ingrédient	Quantité
Nèfles	750 g
eau	1 litre
sucré	250 grammes
Vanille	1 gousse

Préparation

1. Trier les nèfles en jetant les fruits noirs car s'ils ont pris cette couleur, c'est qu'ils sont pourris à l'intérieur. Les laver délicatement et les mettre dans une casserole avec 1 l d'eau et la gousse de vanille grattée. Couvrir et faire cuire environ 20 minutes jusqu'à ce que les fruits soient cuits et éclatent.

2. Transférer les fruits par petites quantités dans un presse-purée et s'armer de courage pour récupérer un maximum de chair (les fruits possèdent 5 gros noyaux qui ont tendance à bloquer le mécanisme de l'ustensile). Ajouter l'eau de cuisson pour plus de facilité.

3. On récupère environ 700 g de chair (pulpe + eau de cuisson). Ajouter alors le sucre et remettre dans la casserole pour faire cuire à feu doux en remuant très régulièrement. Attention car la crème fait de grosses bulles brûlantes et à tendance à accrocher au fond de la casserole. Cuire 10 à 15 minutes et mettre en pot stérilisé.
