

Conservación de Alimentos

Mermeladas y Jaleas



Preparar las mermeladas y jaleas de los productos agrícolas frescos es un método de conservación de alimentos fácil que requiere solo fruta, azúcar, pectina, y algunas herramientas básicas de cocina.

Conocimiento sobre la Conservación

Explora los recursos del [National Center for Home Food Preservation](#) (Centro Nacional para la Conservación de Alimentos en el Hogar) para las mejores prácticas. Además, lee los documentos [Using Boiling-Water Canners](#) (Uso de Envasadoras de Agua Hirviendo) y la [USDA Complete Guide to Home Canning: Guide 1, Principles of Home Canning](#), (Guía Completa de Conservación de Alimentos en Casa del USDA: Guía 1, Principios de la Conservación en Casa).

Procesamiento

Usa **una envasadora de agua hirviendo** para procesar todas las recetas en las siguientes páginas.

Estilo de Empacar	Tamaño del Frasco
Caliente	Medio litros o pintas

Tiempos de Procesamiento

Altitud	Tiempo
0 - 1,000 pies	5 minutos
1,001 - 6,000 pies	10 minutos
Más de 6,000 pies	15 minutos

Preparar la Jalea Suave de Nuevo

Si la jalea no cuaja adecuadamente y está demasiado blanda, prepárala de nuevo siguiendo las siguientes instrucciones. Mide la jalea que se va a recocer y usa no más de 4 a 6 tazas a la vez.

Preparar la jalea con pectina en polvo

Para cada litro de jalea, mezcla:

- ¼ taza de azúcar
- ½ taza de agua
- 2 cucharadas de jugo de limón embotellado
- 4 cucharaditas de pectina en polvo

Lleva a ebullición mientras la mezclas. Agrega la jalea y llévala a ebullición rápida a fuego alto, revolviendo constantemente. Hierve fuerte por 30 segundos. Retira del fuego, quita rápidamente la espuma de la jalea, y llena los frascos estériles, dejando ¼ de pulgada de espacio en la parte superior. Ajusta las nuevas tapas y los procesos según se recomienda.

Preparar la jalea con pectina líquida

Para cada litro de jalea, mezcla:

- ¾ taza de azúcar
- 2 cucharadas de jugo de limón embotellado
- 2 cucharadas de pectina líquida

Lleva la jalea a ebullición a fuego alto mientras la mezclas. Retira del fuego y agrega rápidamente el azúcar, el jugo de limón, y la pectina. Lleva a un hervor constante, revolviendo constantemente. Hierve a fuego fuerte durante 1 minuto. Quita rápidamente la espuma y llena los frascos estériles, dejando ¼ de pulgada de espacio en la parte superior. Ajusta las nuevas tapas.

Preparar la jalea sin pectina añadida

Para cada cuarto de jalea, agrega 2 cucharadas de jugo de limón embotellado. Calienta hasta hervir y hierve durante 3 a 4 minutos. Utiliza una de las pruebas descritas en [Testing Jelly without Added Pectin](#) (Pruebas de Jaleas Sin Pectina Añadida) por el Centro Nacional para la Conservación de Alimentos en el Hogar para determinar si la jalea está lista. Retira del fuego. Quita la espuma rápidamente y llena los frascos estériles, dejando ¼ de pulgada de espacio en la parte superior. Ajusta las nuevas tapas y los procesos, según se recomienda.

MERMELADA DE FRESA

Rinde 9 a 10 frascos de medio litros

Ingredientes:

- 5 ½ tazas de fresas trituradas, tres cajas de 1 cuarto
- 1 paquete de pectina en polvo
- 8 tazas de azúcar

Para preparar las fresas:

- Lávate las manos con jabón y agua.
- Selecciona las fresas maduras (no excesivamente maduras) para obtener el mejor sabor.
- Clasifica, lava, y enjuaga bien antes de cocinar. No las remojas y escurre el exceso de agua.
- Quita los tallos y las flores antes de triturar.

Para preparar la mermelada:

- Mide las fresas trituradas y colócalas en una cacerola.
- Agrega la pectina y mezcla bien. Coloca a fuego alto.
- Revuelve constantemente. Lleva rápidamente a ebullición completa con burbujas en toda la superficie.
- Agrega el azúcar, continúa revolviendo, y caliéntalo de nuevo hasta que hierva a borbotones.

- Opcional: Para reducir la espuma formada durante el proceso de cocción, agrega ¼ de cucharadita de mantequilla o margarina.
- Hierve a fuego fuerte durante 1 minuto, revolviendo constantemente.
- Retira del fuego y quítale la espuma.
- Sigue las instrucciones de conservación y procesamiento a continuación.

Fuente: [National Center for Home Food Preservation](#), University of Georgia Extension.

MERMELADA DE ARÁNDANO CON ESPECIAS

Rinde 4 a 5 frascos de medio litros

Ingredientes:

- 2 ½ pintas de arándanos frescos
- 1 cucharada de jugo de limón
- ½ cucharadita de nuez moscada o canela
- 5 ½ tazas de azúcar
- ¾ taza de agua
- 1 caja de pectina

Para preparar la mermelada:

- Lávate las manos con agua y jabón.
- Lava y tritura bien los arándanos en una cacerola, una capa a la vez.
- Agrega el jugo de limón, la(s) especia(s), y el agua.
- Incorpora la pectina y lleva la mezcla a un hervor completo y fuerte a fuego alto, revolviendo con frecuencia.
- Hierve a fuego fuerte durante 1 minuto, revolviendo constantemente. Retira del fuego, quita rápidamente la espuma, y llena los frascos estériles, dejando ¼ de pulgada de espacio en la parte superior.
- Sigue las instrucciones de conservación y procesamiento a continuación.

Fuente: [National Center for Home Food Preservation](#), University of Georgia Extension.

Las recetas se adaptan de How to Make Jellies, Jams, and Preserves at Home (Cómo Preparar las Gelatinas, Mermeladas, y Conservas en Casa). Home and Garden Bulletin No. 56. Extension Service, United States Department of Agriculture. 1982 reprint. National Center for Home Food Preservation, junio 2005.

Instrucciones para la Conservación

Explora los recursos del [National Center for Home Food Preservation](#) (Centro Nacional para la Conservación de Alimentos en el Hogar) para las mejores prácticas. Además, lee los documentos [Using Boiling-Water Canners](#) (Uso de Envasadoras de Agua Hirviendo) y la [USDA](#)

[Complete Guide to Home Canning: Guide 1, Principles of Home Canning](#), (Guía Completa de Conservación de Alimentos en Casa del USDA: Guía 1, Principios de la Conservación en Casa).

- Esteriliza los frascos de conservas en agua hirviendo durante 10 minutos.
- Vierte la jalea caliente inmediatamente en los frascos calientes y esterilizados, dejando un espacio de ¼ de pulgada en la parte superior.
- Limpia los bordes de los frascos con una toalla de papel limpia y húmeda, y ajusta las tapas de lata metálicas de dos piezas.
- Procesa los frascos llenos y tapados en una envasadora de agua hirviendo.
- Retira cuidadosamente los frascos del agua hirviendo; deja enfriar.
- Quita las bandas de tornillo después 12 a 24 horas.
- Etiqueta y fecha el producto alimenticio.
- Guarda el producto en un lugar oscuro, seco, y fresco.

Detalles de Procesamiento

Determina los tiempos de procesamiento según la altitud utilizando **una envasadora de agua hirviendo**:

Estilo de Empacar	Tamaño del Frasco
Caliente	Medio litros o pintas

Tiempos de Procesamiento

Tiempo	5 minutos
0 - 1,000 pies	5 minutos
1,001 - 6,000 pies	10 minutos
Más de 6,000 pies	15 minutos

JALEA DE MANZANA SIN PECTINA

Rinde 4 a 5 frascos de medio litros

Ingredientes:

- 4 tazas de jugo de manzana, 3 libras de manzanas, y 3 tazas de agua
- 2 cucharadas de jugo de limón colado, si se desea
- 3 tazas de azúcar

Para preparar el jugo:

- Lávate las manos con agua y jabón.
- Selecciona de un cuarto de manzanas ácidas poco maduras y tres cuartos de manzanas ácidas completamente maduras.
- Clasifica, lava, y retira los tallos y los extremos de las flores; no peles ni descorazones.
- Corta las manzanas en trozos pequeños. Agrega el agua, cubre, y lleva a ebullición a fuego alto.

- Reduce el fuego y cocina a fuego lento por 20 a 25 minutos, o hasta que las manzanas estén suaves.
- Extrae el jugo.

Para preparar la jalea:

- Mide el jugo de manzana en una olla.
- Agrega el jugo de limón y el azúcar y mezcla bien. Hierve a fuego alto a 8°F por encima del punto de ebullición del agua o hasta que la mezcla de jalea gotee de la cuchara.
- Retira del fuego y quita la espuma rápidamente.
- Sigue las instrucciones de conservación y procesamiento a continuación.

Fuente: [National Center for Home Food Preservation](#), University of Georgia Extension.

JALEA DE UVA

Rinde 8 a 9 frascos de medio litros

Ingredientes:

- 5 tazas de jugo de uva, 3 ½ libras de uvas Concord,
- y 1 taza de agua
- 1 paquete de pectina en polvo
- 7 tazas de azúcar

Para preparar el jugo:

- Lávate las manos con agua y jabón.
- Clasifica, lava, y retira los tallos de las uvas completamente maduras.
- Aplasta las uvas. Agrega el agua, cubre, y lleva a ebullición a fuego alto. Reduce el fuego y cocina a fuego lento durante 10 minutos.
- Extrae el jugo. Previén la formación de cristales de tartrato en la jalea dejando que el jugo repose en un lugar fresco durante la noche. Cuela a través de dos capas de tela de queso húmeda para eliminar los cristales que se hayan formado.

Para preparar la jalea:

- Mide el jugo en una olla.
- Agrega la pectina y mezcla bien.
- Pon la mezcla a fuego alto, revolviendo constantemente. Lleva rápidamente a un hervor completo y constante que no se puede dejar de revolver.
- Agrega el azúcar, continúa revolviendo, y calienta nuevamente hasta que hierva a borbotones.
- Hierve a fuego fuerte durante 1 minuto; retira del fuego y quítale la espuma rápidamente.
- Sigue las instrucciones de conservación y procesamiento a continuación.

Fuente: [National Center for Home Food Preservation](#), University of Georgia Extension.

Las recetas se adaptan de How to Make Jellies, Jams, and Preserves at Home (Cómo Preparar las Gelatinas, Mermeladas, y Conservas en Casa). Home and Garden Bulletin No. 56. Extension Service, United States Department of Agriculture. 1982 reprint. National Center for Home Food Preservation, junio 2005.

Instrucciones para la Conservación

Explora los recursos del National Center for Home Food Preservation (Centro Nacional para la Conservación de Alimentos en el Hogar) para las mejores prácticas. Además, lee los documentos Using Boiling-Water Canners (Uso de Envasadoras de Agua Hirviendo) y la USDA Complete Guide to Home Canning: Guide 1, Principles of Home Canning, (Guía Completa de Conservación de Alimentos en Casa del USDA: Guía 1, Principios de la Conservación en Casa).

- Esteriliza los frascos de conservas en agua hirviendo durante 10 minutos.
- Vierte la jalea caliente inmediatamente en los frascos calientes y esterilizados, dejando un espacio de ¼ de pulgada en la parte superior.
- Limpia los bordes de los frascos con una toalla de papel limpia y húmeda y ajusta las tapas de lata metálicas de dos piezas.
- Procesa los frascos llenos y tapados en una envasadora de agua hirviendo.
- Retira cuidadosamente los frascos del agua hirviendo; deja enfriar.
- Quita las bandas de tornillo después 12 a 24 horas.
- Etiqueta y fecha el producto alimenticio.
- Guarda el producto en un lugar oscuro, seco, y fresco.

Detalles de Procesamiento

Determina los tiempos de procesamiento según la altitud utilizando **una envasadora de agua hirviendo**:

Estilo de Empacar	Tamaño del Frasco
Caliente	Medio litros o pintas

Tiempos de Procesamiento

Altitud	Tiempo
0 - 1,000 pies	5 minutos
1,001 - 6,000 pies	10 minutos
Más de 6,000 pies	15 minutos

Causas y Posibles Soluciones para los Problemas con Productos de Fruta Gelatinosos

Problema	Causa	Prevención
Formación de cristales	Azúcar en exceso	Utiliza una receta probada y mide los ingredientes con precisión.
Formación de cristales	El azúcar no disuelto se pega a los lados de la cacerola.	Disuelve todo el azúcar mientras se cocina la jalea. Si es necesario, limpia el lado de la cacerola que no tenga cristales con un paño húmedo antes de llenar los frascos.
Formación de cristales	Cristales de tartrato en el jugo de uva	Extrae el jugo de uva y permite que los cristales de tartrato se depositen cuando refrigeras el jugo durante la noche. Cuela el jugo antes de hacer la jalea.
Formación de cristales	La mezcla se cocina demasiado lentamente o durante demasiado tiempo.	Cocina a ebullición rápida. Retira del fuego de inmediato cuando se alcance el punto de gelificación. Haz pequeños lotes a la vez; no dupliques una receta probada.
Burbujas	El aire queda atrapado en la gelatina caliente.	Retira la espuma de la jalea o la mermelada antes de llenar los frascos. Vierte o eche rápidamente la jalea en el frasco. No permitas que la jalea o la mermelada comience a gelificarse antes de llenar los frascos.
Burbujas	Puede denotar el deterioro: si las burbujas se están moviendo, no lo uses.	Sigue los métodos recomendados para poner las tapas y el procesamiento. Consulta “Moho o Fermentación” en la página siguiente.
Demasiado suave	Cocinar en exceso la fruta para extraer el jugo	Evita cocinar de más; esto disminuye la capacidad de gelificación de la pectina.
Demasiado suave	Usar demasiada agua para extraer el jugo	Utiliza solo la cantidad de agua sugerida en las instrucciones.
Demasiado suave	Proporciones incorrectas de azúcar y jugo	Sigue las proporciones recomendadas.
Demasiado suave	La cocción insuficiente causa una concentración insuficiente de azúcar.	Cocina rápidamente hasta el punto de gelificación.
Demasiado suave	Ácido insuficiente	A veces se agrega el jugo de limón si la fruta carece de acidez.
Demasiado suave	Hacer un lote demasiado grande de una vez	Usa solo de 4 a 6 tazas de jugo en cada lote de jalea.
Demasiado suave	Mover el producto alimenticio demasiado pronto	No muevas los productos gelatinosos durante al menos 12 horas.
Demasiado suave	Tiempo insuficiente antes de usar	Algunas frutas tardan hasta 2 semanas en prepararse completamente. La jalea de ciruela y las gelatinas o mermeladas hechas de jugos embotellados pueden tardar más tiempo.
Sinéresis o líquido separado del sólido	El exceso de ácido en el jugo hace que la pectina sea inestable.	Mantén la acidez adecuada del jugo.
Sinéresis o líquido separado del sólido	Donde lo almacenas está demasiado caliente o la temperatura de almacenamiento fluctuó.	Almacena los frascos procesados en un lugar fresco, oscuro, y seco. Refrigerera después de abrir.
Color más oscuro de lo normal	Cocinar en exceso el azúcar y el jugo	Evita hervir durante mucho tiempo. Haz lotes más pequeños y cocina rápidamente.
Color más oscuro de lo normal	Almacenado demasiado tiempo o a una temperatura demasiado alta	Almacena los frascos procesados en un lugar fresco, oscuro, y seco y usa dentro de un año. Refrigerera después de abrir.

[Causes and Possible Solutions for Problems with Jellied Fruit Products](#), National Center for Home Food Preservation.

Causas y Posibles Soluciones para los Problemas con Productos de Fruta Gelatinosos

Problema	Causa	Prevención
Turbiedad	Fruto verde de almidón	Utiliza la fruta firme y madura, o ligeramente inmadura.
Turbiedad	Colado imperfecto de jugo casero	No exprimas el jugo; déjalo gotear a través de la bolsa de jalea.
Turbiedad	La gelatina o mermelada se dejó reposar antes de verterla en los frascos o se vertió demasiado lentamente.	Vierte en los frascos inmediatamente al alcanzar el punto de gelificación y hazlo rápidamente.
Moho o fermentación: denota descomposición	Las levaduras y los mohos crecen en la jalea.	Procesa en una envasadora de agua hirviendo. Prueba el sello antes de almacenar. Primero esterilízalo cuando se procese por menos de 10 minutos en agua hirviendo.
Moho o fermentación: denota descomposición	Sello imperfecto. Común también en las jaleas cubiertas de parafina.	Utiliza las nuevas tapas planas para cada frasco y asegura de que no haya defectos. Pretrata las tapas según las instrucciones del fabricante. Usa las bandas de anillo en buenas condiciones, i.e., sin óxido, abolladuras, ni dobladuras. Limpia la superficie de sellado del frasco después de llenarlo antes de ponerle la tapa.
Moho o fermentación: denota descomposición	Almacenamiento inadecuado	Guarda los frascos procesados en un lugar oscuro, seco, y fresco. Refrigerar después de abrir.
Demasiado rígido o duro	Cocinar de más	Cocina la mezcla de jalea a una temperatura 8°F más alta que el punto de ebullición del agua o hasta que gotee de la cuchara.
Demasiado rígido o duro	Demasiada pectina en la fruta	Utiliza las frutas maduras. Reduce la cantidad si usas la pectina comercial.
Demasiado rígido o duro	Demasiado poco azúcar, lo que requiere una cocción excesiva	Cuando no se agrega la pectina, usa ¾ de taza de azúcar por 1 taza de jugo para la mayoría de las frutas.

TABLA 1 (continuará): [Causes and Possible Solutions for Problems with Jellied Fruit Products](#) (Causas y Posibles Soluciones para los Problemas con Productos de Fruta en Gelatina), National Center for Home Food Preservation.

Recursos (en inglés)

[So Easy to Preserve](#), (Tan Fácil de Conservar), University of Georgia Extension

[Complete Guide to Home Canning](#), (Guía Completa del USDA sobre la Conservación Doméstica), USDA

[The Ball Blue Book](#) (La Guía Ball® Blue Book para la Conservación de Alimentos)

[National Center for Home Food Preservation](#), (Centro Nacional para la Conservación de Alimentos en el Hogar), University of Georgia

[What's Cooking with Mary Liz Wright](#), (¿Qué cocinas? con Mary Liz Wright), YouTube.com

[Cottage Food](#), (Los Alimentos Caseros), University of Illinois Extension

[Food Preservation](#), (La Conservación de Alimentos), University of Illinois Extension

Modificado junio 2025



extension.illinois.edu