

## Abricots en sirop vanillé

Mise en place et préparation:  
env. 20 min

Pour 2 bocaux d'env. 5 dl

### Sirop

**4 dl de vin blanc doux** (p. ex.  
Croix-du-Mont de Coop)

**2 dl d'eau**

**250 g de sucre**

**2 gousses de vanille**,  
fendues dans la longueur,  
graines

**1 kg d'abricots**, en deux,  
dénoyautés  
(voir «Remarque»)

1. Porter à ébullition tous les ingrédients du sirop, y compris les gousses et les graines de vanille.

2. Faire pocher doucement les abricots par portions dans le sirop env. 4 min, jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Mettre bouillants dans les bocaux propres et chauds. Verser à ras bord le sirop passé au tamis, fermer aussitôt les bocaux. Laisser refroidir tête en bas sur une surface isolante.

**Remarque:** le temps de cuisson indiqué se réfère à des fruits mûrs.

**Conservation:** env. 6 mois au frais et à l'abri de la lumière. Garder le bocal entamé au réfrigérateur et consommer rapidement.

**Par 100 g:** lipides 0 g, protéines 1 g, glucides 34 g, 684 kJ (163 kcal)



### Stériliser au four à vapeur

Disposer par couches 800 g d'abricots dans des bocaux préparés. Porter à ébullition tous les ingrédients du sirop, verser sur les abricots, fermer aussitôt les bocaux, mettre dans un panier perforé. Compter 10 à 12 min dès que la température atteint 100°C dans le steamer ou le combiné vapeur. Retirer, laisser refroidir tête en bas sur une surface isolante.

**Conservation:** 6 à 12 mois au frais et à l'abri de la lumière.