

# WORKSHOP “ALIMENTAÇÃO ARCO ÍRIS”

## COMPOTA DE MAÇÃ



### INGREDIENTES

1Kg de maçãs já limpas e descascadas  
1 Colher chá de canela em pó (opcional)  
2 paus de canela

Sumo de 2 limões  
800g de açúcar  
150 mL de água

### UTENSÍLIOS

Panela grande  
Varinha mágica  
Colher de pau

Frascos  
Facas

### PREPARAÇÃO

1. Começa por descascar as maçãs e corta em pedacinhos para dentro da panela, juntamente com o sumo de limão, água, paus de canela, açúcar e canela em pó.
2. Coloca a cozinhar em lume brando e assim que começar a ferver reduz para o mínimo e deixa cozinhar muito lentamente durante uma hora e meia.
3. Ao fim desse tempo retira os paus de canela. Passa grosseiramente com a varinha mágica de forma a deixar alguns pedaços.
4. Leva novamente a lume brando até atingir o **ponto de estrada\***, retira do lume e coloca em frascos.

*\*Ponto de estrada é atingido quando ao passares uma colher no fundo da panela onde se encontra a calda, se formar como que uma estrada que deixe ver o fundo.*