

Metode specifice de preparare a prunelor utilizate in diferite zone ale Romaniei

Magiunul de prune

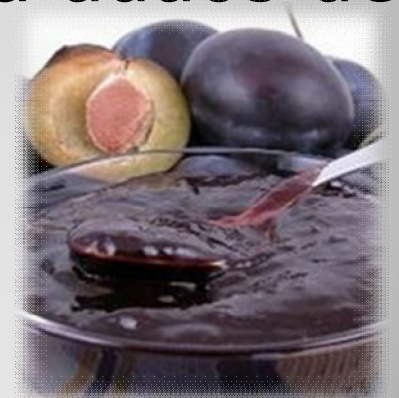


Cuprins

- Etimologia notiunii "Magiun de prune"
- Sortimentele ale magiunului de prune
- Festivalul Prunelor in Romania

Magiun de prune

Magiunul de prune este un produs alimentar, prezentat sub forma de pasta dulce, obtinut prin fierberea indelungata a prunelor (*sau* a altor fructe) fara adaos de zahar, sau a altor indulcitori.



Sortimente ale magiunului de prune

- Magiun de prune cu scortisoara
- Magiun de prune din Chegea
- Magiun de prune bistritene
- Magiun de prune cu nuca

Magiun de prune dietetic

Magiunul de prune dietetic se diferentiaza de normal prin faptul ca in reteta se adauga zahar dietetic pentru cei care sufera de diabet. Cantitatea unui pahar de zahar obisnuit este egala cantitatii unui pahar de zahar dietetic.

Ingrediente reteta:

- 1,5 kg de prune lunguiete
- 2 - 3 mere cu coaja
- sucul de la o lamaie
- 200 gr de zahar dietetic pentru diabetic
- putina scortisoara macinata



Magiun de prune cu scortisoara

Principalele substante nutritive regasite in magiunul de prune cu scortisoara

Calorii	114 kcal/ 100g
Grasimi	0 g/100g
Grasimi saturate	0 g/100g
Colesterol	0 mg/100g
Carbohidrati	29 g/100g
Fibre	1.9 g/100g
Zaharuri	26.5 g/100g
Proteine	1 g/100g

Magiunul de prune din Chegea

- Magiunul de prune din Chegea a fost prezentat in cadrul Festivalului Prunelor de la Satu Mare din anul 2010.
- Se diferentiaza de cel reteta clasica prin materia prima, prunele fiind cele culese din satul Chegea.



Magiun de prune bistritene

In zona Bistritei, reteta magiunului de prune este diferita prin ingrediente si mod de preparare.

Ingrediente:

- 4 kg prune bistrite cat mai coapte;
- otet de mere.

Mod de preparare:

- se spala prunele cu multa apa, se curata de samburi si se csntaresc;
- prunele cantarite se fierb la foc mic;
- se va introduce in cuptor o oala larga in care se pune putin otet de mere
- se pun pe deasupra prunele si se lasa prunele la "macerat";
- a doua zi oala se introduce în cuptor la temperatura de 120° C timp de 7 - 8 ore
- sfarsitul concentrarii se verifica prin " proba de fir".

Festivalul Prunelor 2010

In anul 2010 a avut loc la Mediesu Aurit Atelierele Zetea sub titlul sugestiv "Festivalul Prunelor".

Localnicii si nu numai au avut ocazia sa deguste noua reteta de magiun de prune de la Chegea si nu numai. Printre produsele gastronomice s-au numarat clatite, cozonac cu magiun de prune, compot de prune, cartofi, branza si magiun, strudeli si gogosi cu magiun de prune.



Magiunul de prune detoxifiant natural

Produsul este puteric vitaminizant, mineralizant, energizant datorita conditiilor menajante in care sunt procesate cele 4-5 soiuri de prune proaspete romanesti.

In cadrul unei diete diversificate, echilibrate si a unui stil de viata sanatos, magiunul natural de prune de este indicat ca aliment sanatos.