



el gran libro de las conservas

¡Disfrute de alimentos sanos y saludables
durante todo el año!

Carol W. Costenbader

CONTENIDOS

Introducción	7
Capítulo 1: La elección de ingredientes	10
Capítulo 2: Conservas	30
Capítulo 3: Secado	89
Capítulo 4: Congelar	128
Capítulo 5: Mermeladas y jaleas	193
Capítulo 6: Encurtidos, salsas varias y salsas picantes	255
Capítulo 7: Vinagres y condimentos	302
Capítulo 8: Almacenado en frío	325
Capítulo 9: Regalar las conservas	344
Apéndice A: Construir un desecador eléctrico de alimentos ..	353
Apéndice B: Tabla de equivalencias	361
Apéndice C: Tabla de equivalencias entre el sistema de medida americano y el sistema métrico	363
Índice	364