

I FRUTTI DELL' ESTATE

In estate, nelle vallate più protette, dove i sentieri si inoltrano nel verde del bosco o al suo limitare, si possono ancora raccogliere fragole e lamponi, mirtilli e more e preparare in casa le marmellate dal gusto inimitabile.

Volete provare?

MARMELLATA DI FRAGOLINE DI BOSCO

Ingredienti:

500 gr. di fragoline.

350 gr. di zucchero

liquore secco alla frutta

Pulite e lavate velocemente le fragoline e mettele in una ciotola bassa e larga coperte di zucchero. Con un cucchiaino di legno rigiratele di tanto in tanto e lasciatele macerare almeno per una notte.

Quando lo zucchero sarà sciolto versare il tutto nella pentola (preferibilmente larga e profonda e di rame ma va bene anche d'acciaio) facendo cuocere per circa ½ ora mescolando continuamente:

Verificate che abbia raggiunto la giusta consistenza e versatela subito in vasi asciutti e puliti.

Lasciatela raffreddare senza chiudere poi versate sulla marmellata un po' di zucchero imbevuto di liquore secco alla frutta, chiudete i vasi ermeticamente, etichettateli e riponeteli nella dispensa.

Quando la consumerete, ricordatevi di mescolarla bene in modo da far assorbire lo zucchero, il liquore darà alla marmellata sapore e profumo particolare.

MARMELLATA DI LAMPONI

Ingredienti:

500 gr. di lamponi

375 gr. di zucchero

un pezzetto di cannella

il succo di mezzo limone piccolo

Pulite e lavate velocemente i lamponi e fateli sgocciolare bene. Versateli nella pentola , aggiungete la cannella , lo zucchero e fate cuocere a fuoco dolce mescolando sempre con un cucchiaino di legno, lasciate cuocere dolcemente per circa 90 minuti schiumando ogni volta che lo riterrete necessario.

La marmellata dovrebbe in questo tempo essere densa al punto giusto, se fosse ancora liquida continuate la cottura.

Prima di toglierla dal fuoco aggiungete il succo di limone e mescolate con cura.

Mettete la marmellata nei vasi puliti ed asciutti ed appoggiate un dischetto di carta oleata bagnata in alcool da liquore a 95° e poi chiudete ermeticamente.

Etichettate e riponete della dispensa.

MARMELLATA DI MIRTILLI AL MIELE

Ingredienti:

400 gr. di mirtilli

300 gr. di zucchero

un bastoncino di cannella

un cucchiaino di miele d'acacia

Lavate con cura i frutti sotto l'acqua corrente scartando i frutti acerbi o poco sani e scuoteteli per eliminare l'acqua.

Metteteli in una pentola con lo zucchero e la cannella e fateli cuocere a fuoco basso fino all'ebollizione, proseguite la cottura riducendo ancora il fuoco ed aggiungete il miele e lasciate cuocere ancora per altri venti minuti.

Controllate la consistenza della marmellata e versatela ancora calda nei vasi puliti ed asciutti.

Coprite con il dischetto di carta oleata bagnato nell'alcool per dolci a 95° e chiudete ermeticamente.

Etichettate e riponete in dispensa.

GELATINA DI MORE

Ingredienti:

1 Kg. di more molto mature

una manciata di more un po' acerbe (rosse)

750 gr. di zucchero

un bicchiere d'acqua

½ limone (facoltativo)

Lavate e pulite i frutti. Metteteli in una pentola con l'acqua e a fuoco dolce fate bollire per almeno 5 minuti, cercando di schiacciare le more con il dorso della schiumarola.

Passate il tutto in un passaverdura e filtrate attraverso un setaccio. Otterrete un succo molto denso che sembra sciroppo.

Versate il succo nella pentola delle marmellate misurandolo a mestoli. Ogni 4 mestoli di succo aggiungete 3 mestoli di zucchero.

Se vi piace un gusto più acidulo aggiungete il succo del mezzo limone e cuocere a fuoco vivace fino all'ebollizione. Dopo circa 15 minuti controllate la consistenza della gelatina (fate cadere alcune gocce su un piattino se scorrono con fatica vuol dire che è pronta)

Togliete dal fuoco e mettete la gelatina in vasi puliti e asciutti, coprite con i dischetti di carta oleata bagnati nell'alcool a 95° e chiudete ermeticamente.

Etichettate e riponete in dispensa, dopo 10 giorni potrete già consumarla.

Consigli: prima di chiudere i vasi controllate che i bordi siano perfettamente puliti e se volete conservare più a lungo le vostre marmellate sterilizzate i vasi chiusi ermeticamente mettendoli in acqua fredda in una capace pentola facendoli bollire almeno per ½ ora.

Ricordatevi che i vasi andranno protetti con qualche pezzo di tela per evitare che durante la bollitura i vasi si urtino fra di loro e il fondo sia a contatto con il metallo.

Volete conservare a lungo i sapori dei frutti di bosco in modo diverso della solita marmellata e magari poi trasformare i vostri raccolti in doni.....spiritosi?

FRUTTI DI BOSCO ALLA GRAPPA

250 gr. di lamponi
125 gr. di fragole
125 gr. di mirtilli
½ lt. di grappa buona
zucchero

Pulite i frutti di bosco senza lavarli, sistemarli quindi in un vaso di vetro alternandoli per colore e distribuendo lo zucchero ad ogni strato.

Versare nel vaso la grappa in modo da coprire di almeno due dita l'ultimo strato di frutta. Chiudete

ermeticamente il vaso e conservatelo al fresco ed al riparo della luce per almeno due mesi prima di consumarlo.

L'autunno fra i tanti colori che ci regala , ci porta anche il colore rosso-aranciato dei falsi frutti della Rosa canina che sono molto ricchi di vitamina C
Sarà facile individuarli nelle radure e nei terreni non coltivati.

MARMELLATA DI BACCHE DI ROSA

Ingredienti:

2 Kg. di bacche di Rosa canina
1 lt. di vino bianco secco
zucchero

Tagliare le bacche in senso longitudinale ed eliminare i semi e la peluria interni e la parte scura residuo del fiore.

Mettere la polpa in una casseruola e coprirla con il vino bianco, quindi cuocere a fuoco lento per circa 20 minuti , mescolando con cura fino ad ottenere una purea.

Pesare la purea ottenuta ed unire lo zucchero (350 gr. di zucchero ogni 500 gr. di purea)

Far riprendere bollore mescolando continuamente fino ad ottenere la consistenza desiderata.(mettetene un cucchiaino su un piattino inclinato e se scorre con difficoltà la marmellata è pronta)

Versarla ancora calda nei vasi, appoggiare un dischetto di carta oleata bagnata con alcool per dolci a 95° e chiudere subito. Etichettare e conservare al buio.