

MARMELLATA DI SAMBUCO

(ricetta di Mariuccia Porto)

In agosto e settembre il sambuco (Sambucus nigra L.), all'apice dei rami, mostra racemi rossastrì corimbosi di bacche nere violacee succose e particolarmente aromatiche che vengono anche usate per fare marmellate. Si consiglia di non raccogliere i semi immaturi e ancora verdastri per non andare incontro a problemi intestinali.

Ingredienti:

1 kg. di bacche mature pulite

700 gr. di zucchero

1 limone

Sgranate dai racemi le bacche, lavatele bene e scuotetele per eliminare l'acqua. Mettetele poi in una ciotola con lo zucchero e lasciatele macerare per un giorno intero. Unite la scorza gialla e il succo del limone e fate cuocere fino a che la marmellata prende consistenza. Mettete la marmellata nei vasi quando ancora è calda e copritela con un dischetto di carta oleata bagnato in alcool a 95°. Chiudete i vasi, etichettateli e riponeteli nella dispensa.

SCIROPPO DI FIORI DI SAMBUCO

(ricetta di Ornella Verlato)

Ingredienti:

20 infiorescenze

8 limoni non trattati tagliati a fettine

1 l di acqua

2 kg di zucchero

2 bicchieri di aceto di mele

In un vaso con coperchio, mettete i fiori, i limoni, e l'acqua e mettetelo al sole per 5 giorni. Aprite ed aggiungete lo zucchero e l'aceto e lasciate per altri 5 giorni esposto al sole. Filtrate e riponete in luogo fresco.

Questo sciroppo è un ottimo dissetante e si serve allungato con acqua a seconda dei propri gusti. Quando è aperto v comunque conservato in frigorifero.

SCIROPPO DI SAMBUCO

Ingredienti

Bacche nere mature di sambuco

Acqua

Zucchero

Buccia di un limone

Sgranate e pesate le bacche e fatele cuocere con pari peso di acqua a fuoco basso fino a che non si disfano, colate schiacciando bene le bacche.

Pesate il succo ricavato e aggiungete lo stesso peso di zucchero.

Rimettete sul fuoco aggiungendo la buccia del limone, fate cuocere a fuoco basso fino a che diventa abbastanza denso. Togliete la buccia del limone ed imbottigliate lo sciroppo ancora caldo.

Questo sciroppo lo potete usare per guarnire il gelato alla crema, oppure versato sopra la frutta mista affettata. Diluito con acqua fresca diventa una piacevole bibita dissetante e genuina.

GIN ALLE PRUGNOLE

(ricetta di Silvana Gamba)

Il prugnolo (Prunus spinosa L.) è un piccolo arbusto spontaneo che cresce sulle pendici aride dei monti e che, coltivato, forma impenetrabili siepi ai bordi delle strade di campagna. All'inizio della primavera ha una bella fioritura bianca, poi sviluppa dei frutti che diventano blu scuro dal sapore piuttosto aspro, che vengono utilizzati per fare marmellate e sciroppi o per fare liquori aromatici come questo, che vi consiglio.

Ingredienti:

250 gr. di prugne

250 gr. di zucchero

½ l di gin

Mettete tutti gli ingredienti in un vaso a chiusura ermetica, riponetelo in un posto buio e lasciatelo riposare per almeno tre mesi, ricordandovi di agitarlo ogni settimana. Filtrate e imbottigliate. Servitelo a una temperatura fresca come liquore dopo pasto.