

Marmellate di frutta



Nebbia, neve, freddo, grigiore invernale, tra poco più di un mese e mezzo, sarà una lunga e triste realtà... quale modo migliore, quindi, che gustare un tipico frutto estivo che ci riporta alla memoria l'estate appena trascorsa?

Kiwi, pesche, uva, prugne e ancora castagne, limoni ed arance: **tanti i frutti non "di stagione"** che è possibile assaporare "in ogni stagione"!

Come??... Ma con le conserve di frutta!!

La frutta si conserva in diversi modi: essiccandola, immergendola "sotto spirito" in liquidi alcolici o sciroppi zuccherini oppure trasformandola, attraverso la cottura, in marmellata. Con ciascuno di questi procedimenti si ottiene un **alimento energetico** - legato alla presenza di zuccheri e di piccole quantità di sali minerali - e di facile digeribilità.

Consigliate per **ricche colazioni mattutine**, adatte per ghiotte **crostate di frutta** o per gustose crepes, le marmellate, sono relativamente facili da preparare; ecco alcuni utili consigli per avere una dispensa sempre ben rifornita!

La frutta, che deve essere sana e non trattata, matura al punto giusto e pulita; durante la cottura, per evitare che si attacchi sul fondo della pentola, occorre **mescolare spesso** e tenere il fuoco mai troppo alto; per capire se la marmellata è **cotta al punto giusto** farla colare dal cucchiaino: se si presenta "tipo miele", ossia se forma un filo continuo, non ha ancora completato la cottura, se, invece, si stacca dal cucchiaino in modo discontinuo, la marmellata è pronta.

Fondamentale è **la scelta del contenitore** per la conserva che deve essere a chiusura ermetica. I vasetti, preferibilmente di media-piccola dimensione cosicché il loro contenuto sia rapidamente consumato, prima di essere riempiti, devono essere ben puliti (meglio se "bolliti" per una decina di minuti e fatti asciugare capovolti su un canovaccio pulito).

Per la conservazione bisognerà seguire una semplice tecnica di invasatura: prima che la confettura sia pronta mettete i vasetti vuoti in una teglia sul fuoco con due dita d'acqua e scaldateli a bagnomaria, eviterete così il rischio che scoppino quando vi verserete la marmellata calda.

Versatevi la confettura, tappate e capovolgete il vaso, così facendo il prodotto, con il suo calore, pastorizzerà il vaso e il tappo favorendo la **conservazione per molto tempo**.

Marmellata d'uva

Sgranare 5kg circa di grappoli d'uva e cuocerli per circa un'ora; passare al setaccio la polpa eliminando i semi. Portare quindi a cottura per circa 4 ore sino a che essa si addensi. Aggiungere una scorza di limone tenendola in cottura per circa un'ora. Trascorso tale periodo, eliminare la scorza e procedere all'invasamento a caldo.

Marmellata di Kiwi

Sbucciare i kiwi, pesarli tagliarli a fettine e metterli in una casseruola. Aggiungere un bicchiere scarso d'acqua per ogni chilo di frutta. Cuocere a fuoco lento, mescolando fino a quando la frutta sarà sciolta. Aggiungere 690 g. di zucchero per ogni chilo di frutta, mescolate con un cucchiaino di legno fino a quando il composto si sarà addensato. Aggiungete un pizzico di cannella, poi versate la marmellata in vasi di vetro puliti e asciutti. Lasciate raffreddare, poi chiudete ermeticamente.

Marmellata di castagne

Cuocere in acqua 1 kg di castagne sbucciate, privarle della pellicina e passarle al setaccio, mettete la polpa e lo zucchero (1 kg) sul fuoco con mezzo bicchiere di marsala e la stecca della vaniglia.

Cuocere adagio per tre quarti d'ora mescolando, aggiungere due cucchiaini di rum e, una volta raffreddata, invasare.

Seguendo lo stesso procedimento potrete preparare tutte le marmellate che vorrete, azzardando anche accoppiate insolite come pesche ed uva, limone ed arancia, fichi e pere... e via con la fantasia!

[Delia Giribaldi](#)

Pavia, 04/09/2001 (728)

RIPRODUZIONE VIETATA

www.miapavia.com è [testata giornalistica](#), il contenuto di queste pagine è protetto dai diritti d'autore.

In caso di citazione o utilizzo, si prega di evidenziare adeguatamente la fonte.

Articoli della stessa rubrica

- » [e fugasette ...](#)
- » [La mia focaccia al formaggio](#)
- » [Buone Feste con il pandolce genovese!](#)
- » [Ricetta senza nome...](#)
- » [Un gusto di dolcezza...](#)
- » [Il panettone gastronomico](#)
- » [La Torta Virulà](#)
- » [Riso alla certosina](#)
- » [Il risotto allo champagne](#)
- » [Prepariamo il panettone](#)
- » [Insalate... del mondo!](#)
- » [... in via d'estinzione?](#)
- » [A tutta insalata!](#)
- » [Riempiamo la calza](#)
- » [Una bella coppa di gelato!](#)
- » [Mimosa da mangiare](#)
- » [La zuppa alla pavese](#)
- » [Risotto con uvärtiss \(Risotto con cime di luppolo\)](#)
- » [Meini](#)

[Vedi archivio](#)

Altri articoli attinenti

- » [Birrifici in Borgo](#)
- » [Musei divini](#)
- » ["Dilecta Pavia, civitas imperialis"](#)
- » [Cioccovillage](#)
- » [Birre Vive sotto la Torre Christmas Edition](#)
- » [Il buon cibo parla sano](#)
- » [Zuppa alla Pavese 2.0](#)
- » [Autunno Pavese: tante novità](#)
- » [18ª edizione Salami d'Autore](#)
- » [Sagra della cipolla bionda](#)
- » [Sagra della ciliegia](#)
- » [Pop al top - terza tappa](#)
- » [Birre Vive Sotto la Torre](#)
- » [Campagna Amica: tutti i giovedì a Pavia](#)
- » ["Passeggia lentamente e assapora l'Oltrepò"](#)