

La cucina  
filmata

# Confettura di fichi con mandorle e miele

★★★ media

40'

1h e 30'

€€€

## GLI ATTREZZI SU MISURA

### ● La bilancia

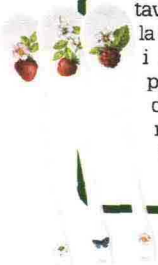
Elettronica, pesa in grammi e calcola anche la tara.

Fondamentale per preparare al meglio tutte le conserve. (Tescoma, a 29,90 €).



### ● I cucchiaini

Eleganti, colorati e belli da portare in tavola per gustare la confettura i cucchiaini in porcellana bone china. (Easy Life, romantica, set da 6 pezzi, da 14 €).



Ingredienti per 5-6 vasetti da 250 ml:

- 2 kg di fichi verdi o neri, maturi ma sodi
- 350 g di miele di fiori d'arancio
- 200 g di mandorle a scaglie
- 2 limoni
- 1 bicchierino di rum (facoltativo)

Conservazione: 5-6 mesi

**1 Preparare i fichi.** Lavate velocemente i fichi strofinando delicatamente la buccia, stendeteli su un telo da cucina e lasciateli sgocciolare bene. Eliminate a ciascun fico il picciolo e tagliateli a pezzetti irregolari. Tagliate a pezzi più piccoli quelli meno maturi, in modo che durante la cottura si disfino. Raccogliete i fichi tagliati in una pentola in acciaio a fondo spesso o con rivestimento antiaderente.

**2 Sbucciate i limoni.** Pelate al vivo i limoni: eliminate le calotte, mantenetele in posizione verticale e tagliate la buccia e la parte bianca sottostante in profondità, arrivando alla polpa viva. Tagliate quest'ultima a pezzettini togliendo man mano la pellicina che ricopre ogni spicchio.

**3 Cuocete.** Versate il miele sui fichi, aggiungete la polpa di limone e portate a ebollizione a fiamma bassa, in modo che il miele si scioglia lentamente senza attaccare al fondo del recipiente. Cuocete per 1 ora a fuoco dolce, mescolando spesso.

**4 Completate.** Quando la confettura inizierà a essere leggermente densa, aggiungete le scaglie di mandorle, sbriciolandole un po' con le mani, lasciando tuttavia qualche pezzo intero. Cuocete ancora per qualche minuto e, se volete, un paio di minuti prima di togliere dal fuoco, versate il rum. Suddividete la confettura bollente nei vasetti ben lavati e perfettamente asciugati. Chiudeteli ermeticamente, capovolgeteli e lasciateli raffreddare per una notte. Oppure, coprite i vasetti con un telo e fate raffreddare la confettura. Chiudeteli con i coperchi e sterilizzateli come descritto nel box a pag. 24. Tenete per qualche giorno la confettura in dispensa prima di consumarla, in modo da permettere ai sapori di fondersi e stabilizzarsi. Una volta aperta, consumatela entro 3-4 giorni.



## Variante senza miele

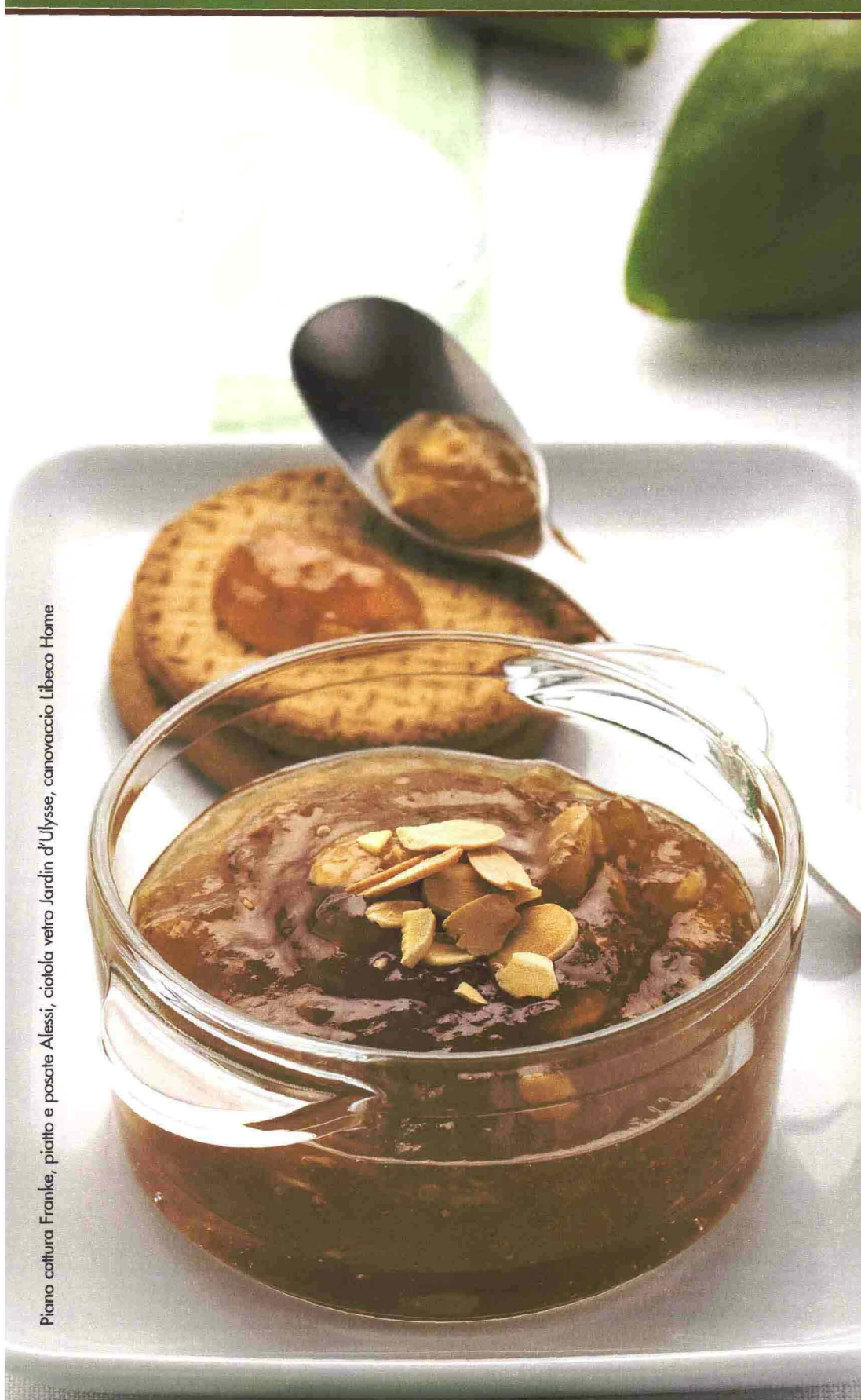
Preparate i fichi come al punto 1, metteteli in una casseruola con la scorza di limone e 750 g di zucchero per ogni chilo di fichi. Coprire e fate macerare per 1 ora. Cuocete, finché la confettura sarà densa (circa 1 ora) schiumandola se necessario. Unite 200 g di mandorle intere, 5 cucchiari di Cognac, mettetela nei vasi e proseguite come al punto 4.

## IL CONSIGLIO

Quando lavate i fichi fatelo sotto un filo di acqua corrente, senza mai immergerli. Per la confettura, sceglieteli con cura: scartate i frutti che emanano un odore leggermente acidulo. Significa che sono troppo maturi e, il loro sapore forte, potrebbe cambiare il gusto finale della confettura.



54 • inTavola



Picco cottura Franke, piatto e posate Alessi, ciotola vetro Jardin d'Ulysse, canovaccio Libeco Home

**IL PRODOTTO GIUSTO**



**Il miele** è un ingrediente importante in questa confettura. Preferitelo di buona qualità, proveniente da agricoltura biologica. (Miele cremoso di fiori d'arancio, Rigoni di Asiago, nei supermercati, 400 g, da 3,40 €).

**SAPER SCEGLIERE**

**I fichi**

Sul mercato trovate fichi verdi e neri. I primi hanno buccia spessa, polpa soda e compatta e sono facili da affettare. Le varietà nere hanno buccia sottile e polpa morbida. Quando sono maturi, emanano un profumo avvolgente e dall'estremità inferiore emettono una goccia zuccherina. Conservateli in frigo, su un vassoio, per non più di 2 giorni.

