

Marmellata di albicocche

INFORMAZIONI

- **0** persone
- **200Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **1 ora**
- ricetta **vegetariana** e **vegan**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

- 500 g di albicocche (peso al netto degli scarti)
- 250 g di zucchero

PREPARAZIONE

- Lavare accuratamente le albicocche sotto acqua fresca corrente. Scartare quelle non perfettamente integre, ammaccate o ammuffite.
- Tagliarle a metà, eliminare il picciolo e i noccioli.
- Metterle in una pentola assieme allo zucchero, mescolare e portare sul fuoco.
- Cuocere per 30 minuti circa, soperto, a fuoco basso, mescolando piuttosto spesso. Alla fine la consistenza deve essere abbastanza soda. Se colata su un piatto ed inclinato deve scendere piuttosto lentamente.
- Mettere la marmellata ancora bollente nei vasi ben puliti, chiuderli senza forzare troppo utilizzando capsule nuove e capovolgerli.
- Lasciarli capovolti finché non si saranno raffreddati. Quando si ribaltano dovranno aver formato il vuoto. Se così non fosse procedere con la sterilizzazione in pentola.
- Avvolgere i vasi con degli stracci puliti, metterli in una capace pentola in modo che non si muovano ed unire acqua fredda fino ad averne almeno una decina di centimetri sopra i vasi. Mettere sul fuoco e far bollire per 30 minuti calcolati da quando l'acqua comincia a bollire vistosamente. Trascorso il tempo indicato spegnere il fuoco e lasciare i vasetti a raffreddare nell'acqua.
- Conservare in luogo fresco e asciutto, possibilmente al buio.

STAGIONE

Giugno, luglio, agosto

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

I consigli di Barbara

Le calorie indicate si riferiscono a 100 grammi di prodotto.

La quantità di zucchero utilizzata è piuttosto scarsa rispetto le normali dosi consigliate, che possono arrivare anche ad eguagliare il peso della frutta. Variare a seconda del gusto personale, ma non scendere sotto quando indicato per non compromettere la conservabilità della marmellata.

Attendere almeno un mese prima di consumare la marmellata, ma finirla entro l'anno.

Una volta aperta conservare in frigorifero.

La buona riuscita della marmellata dipende fortemente dalla qualità delle albicocche, che devono essere particolarmente buone e nel pieno della loro stagione.

