

# Un tempo la mia finestra si affacciava su una pianta di ...fichi

.Confettura di fichi senza zucchero

Un tempo aprendo la mia finestra mi affacciavo su una pianta di fichi: era un albero del mio giardino. A quell'epoca non avevo una predilezione particolare per questo tipo di frutta. Forse perché era lì, anno dopo anno, a mia disposizione. Devo ammettere che quella pianta ora mi manca. In realtà mi mancano tutti gli alberi del mio vecchio giardino a cui allora non davo la giusta importanza. Dare per scontato ciò che abbiamo sotto gli occhi tutti i giorni, è un errore che si rivela col tempo. Sono lezioni di vita che impariamo con l'esperienza, e che cerchiamo di trasmettere ai nostri figli, anche se, come noi, lo scopriranno col passare degli anni

Pochi giorni fa, tornando da Treviso, ho portato con me dei fichi colti da un albero in aperta campagna. Belli e maturi al punto giusto, mi hanno convinto a preparare una perfetta confettura di fichi senza alcuna aggiunta di zucchero (100 % frutta non trattata a cui non ho tolto la buccia). Prima di scrivervi come mi hanno insegnato a farla, farò una breve premessa. Anche se il termine '**marmellata**' a mio parere 'sa più di casa', ed è usato per lo più nel linguaggio comune, è giusto precisare che con esso ci si riferisce ad un composto a base di agrumi e zucchero, come da direttiva dell'Unione Europea. Con qualsiasi altro tipo di frutta, si ottiene una .preparazione che prende il nome di '**confettura**

Confettura di fichi  senza zucchero

.Ho raccolto 3 kg di fichi ben maturi non trattati ▪  
Una volta lavati, ho tolto solo le parti meno morbide ▪  
.della buccia  
Quindi li ho tagliati in 4/6 pezzi, e li ho posti a ▪  
cuocere in una pentola a bordi alti con l'aggiunta del ▪  
.succo di due limoni  
Per addensare il composto ho unito una mela gialla a ▪  
. (pezzetti con la buccia (contiene pectina naturale



Ho fatto cuocere il tutto a fuoco lento per circa 1 ora ▪  
.e mezza  
Nel frattempo ho lavato e sterilizzato i vasetti, ▪  
.coperchi compresi, in acqua bollente per 30 minuti  
Una volta che la confettura ha raggiunto la giusta ▪  
consistenza, l'ho versata nei vasetti riempiendoli per  
3/4; li ho chiusi bene, e li ho capovolti fino a che si  
.sono raffreddati  
Ora sono a riposo, al fresco e al buio. Un assaggio però ▪  
□ ...l'ho già fatto

