

ENOGASTRONOMIA

Ricetta della confettura di fichi

di Niva Florio – Foodblogger e Copywriter

La **confettura di fichi** è uno dei modi migliori e più goloso per conservare questi frutti. Una volta raccolti devono essere mangiati entro pochi giorni perché si guastano subito e per mangiarli qualche giorno in più conservateli in frigo in un contenitore chiuso. Se invece volte gustarli tutto l'anno, accendete i fornelli e preparate insieme a me la confettura di fichi con una ricetta facile e veloce, senza ricorrere all'uso di addensanti né artificiali né naturali e con poco zucchero.

Vediamo insieme come preparare la confettura di fichi e scopriamo qualche curiosità sul frutto del fico e come consumarla per esaltarne il sapore.

Ingredienti per la confettura di fichi

Per circa 2 vasetti da 200 ml vi occorrono:

- 1 kg di fichi;
- 250 g di zucchero;
- il succo e la scorza di 1 limone.

Procedimento

Per preparare la confettura di fichi:

1. lavate i fichi, eliminate il picciolo e sbucciateli;
2. tagliateli in 4 parti e sistemateli in una ciotola con il succo e la scorza del limone;
3. lasciate macerare per 45 minuti;
4. trascorso questo tempo, aggiungete lo zucchero e mescolate;
5. trasferite i fichi in una pentola abbastanza capiente;
6. ponete la pentola sul fuoco e fate cuocere a fiamma bassa;
7. mescolate di tanto in tanto per evitare che la confettura di fichi si attacchi alla pentola o si bruci;
8. dopo circa un'ora controllate che la confettura si sia addensata al punto giusto;
9. se è ancora troppo liquida, lasciate cuocere ancora un po' fino ad ottenere la giusta

- consistenza;
10. togliete la scorza del limone e riempite i vasetti precedentemente sterilizzati con la confettura di fichi ancora bollente;
 11. tappate i vasetti e metteteli a testa in giù finché la confettura di fichi non sarà fredda;
 12. non occorre sterilizzare, ma se volete stare più tranquilli mettete i vasetti in una pentola piena di acqua fredda e senza coperchio;
 13. portate l'acqua ad ebollizione e fate passare 20 minuti;
 14. spegnete il fornello e fate raffreddare l'acqua con i vasetti ancora nella pentola.

Curiosità sui fichi

I fichi non sono dei veri e propri frutti: sono l'**infruttescenza** dell'albero del fico, o **Ficus Carica**, e maturano nel periodo compreso fra luglio e settembre. Esistono due sottospecie di questa pianta, che comunemente vengono definite maschio e femmina e sono rispettivamente:

- il fico selvatico o caprificio, che produce il polline;
- il fico domestico, che produce i frutti contenenti i semi.

Il fico è un albero originario dell'**Asia Minore** e si hanno notizie della sua coltivazione nelle prime civiltà agricole dell'**Egitto** e della **Palestina**. Da queste zone la pianta del fico si è diffusa poi in tutta la zona del **Mediterraneo**.

Con cosa abbinare questa confettura

La confettura di fichi può essere usata per farcire **torte**, **crostate** e **biscotti** da consumare come **dessert**, a **colazione** o per un dolce spuntino. È ottima anche semplicemente spalmata su una fetta di pane o su una fetta biscottata.

Un ottimo abbinamento è quello con i **formaggi**. La confettura di fichi si sposa bene con:

- il parmigiano reggiano o il grano padano;
- il pecorino stagionato o semistagionato;
- il brie
- gli erborinati;
- i formaggi di media stagionatura in generale.

Volete un'idea in più per una **merenda salata** o un **aperitivo** sfizioso? Spalmate la confettura di fichi su una focaccia salata e ricoprite con del prosciutto crudo. Diventerà uno dei vostri piatti preferiti!

Potete trovare altre ricette [qui](#)

