

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Zuppa scandinava di frutta secca

LUOGO: Europa / Norvegia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



INGREDIENTI

2 ½ tazza di frutta secca mista come mele
albicocche
pesche e prugne tagliata in piccoli pezzetti
½ tazza di uva passa o ciliegie secche
½ limone affettato sottilmente e
snocciolato
1 stecca di cannella (lunga circa 7cm)
3 ½ tazze d'acqua
2 tazze di succo d'arancia
1 ½ tazza di pezzi di ananas fresco o 1 ½
tazza di pezzi di ananas conservati nel loro
siero e scolati
2/3 o ¾ di tazza di miele
1/8 cucchiaino di sale (facoltativo)
1/3 tazza di rum o brandy
2 cucchiaini di farina di mais miscelati a 2
cucchiaini di acqua fredda
yogurt alla vaniglia o panna acida.

PREPARAZIONE

1 In una casseruola, miscelare la frutta secca, l'uva passa, le fette di limone, il bastoncino di cannella, acqua e succo d'arancia; portare il tutto ad ebollizione a fuoco alto. Ridurre il fuoco, coprire e lasciar sobbollire per 10-15 minuti.

Quindi rimuovere la casseruola dal fuoco e incorporare i pezzi d'ananas, il miele, il sale (se volete) e il rum. Lasciate riposare per 10 minuti per far sì che i sapori si mescolino bene e per far ammorbidire la frutta. Rimettete la casseruola sul fuoco, quindi incorporate la farina di mais sciolta in acqua nella zuppa.

Cuocere a fuoco medio mescolando fino a che il liquido si riempia di bolle, diventi limpido e denso. Rimuovere la barretta di cannella e le fette di limone. Servire questa zuppa calda oppure potete coprirla e conservarla in frigorifero per servirla fredda. Cospargetela con cucchiari di yogurt.

Questa zuppa si conserverà fino a 2 giorni in frigorifero.