

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Castagne bollite

di: *Arianna Rallo*

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 5 min COTTURA: 25 min COSTO:
molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



Oggi ti sveliamo il trucco per ottenere delle perfette **castagne bollite!**

Per realizzare la nostra **ricetta** ti dovrai procurare delle belle castagne che non abbiano difetti visibili, soprattutto senza buchi esterni, e piene (prova a schiacciarle tra le dita se cedono scartale).

Scegli le castagne più o meno tutte della stessa dimensione, in questo modo la cottura risulterà omogenea e non ti ritroverai tra i denti fastidiosi frutti non proprio cotti.

Una delle ricette più tradizionali e di sicura riuscita

è quella toscana: i **ballotti**. La ricetta dei ballotti prevede la cottura delle castagne senza che queste vengano incise precedentemente, esattamente come abbiamo fatto noi.

Lessare la castagna senza incidere la buccia servirà a mantenere la polpa integra e soda, e il sapore inalterato.

Potrai gustare le castagne bollite al naturale, oppure accompagnate a del miele o condite con un po' di sale a seconda se hai in programma una merenda dolce o uno snack salato.

Adesso vediamo come fare le nostre belle castagne bolite!

INGREDIENTI

CASTAGNE 500 gr

ALLORO 2 foglie

SALE 1 cucchiaino da tè

PREPARAZIONE

1 Lava le castagne e immergile in un pentolino pieno di acqua fredda.

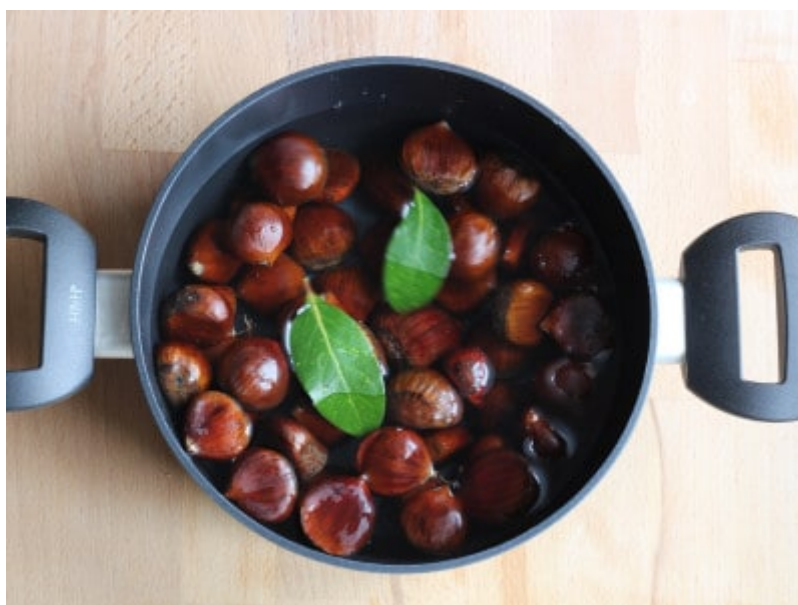


2 Aggiungi un cucchiaino di sale e due foglie di alloro.

Metti la pentola su fuoco medio, senza coprire con un coperchio. Quando l'acqua raggiungerà il bollore, abbassa la fiamma e lascia cuocere per circa 20 minuti.

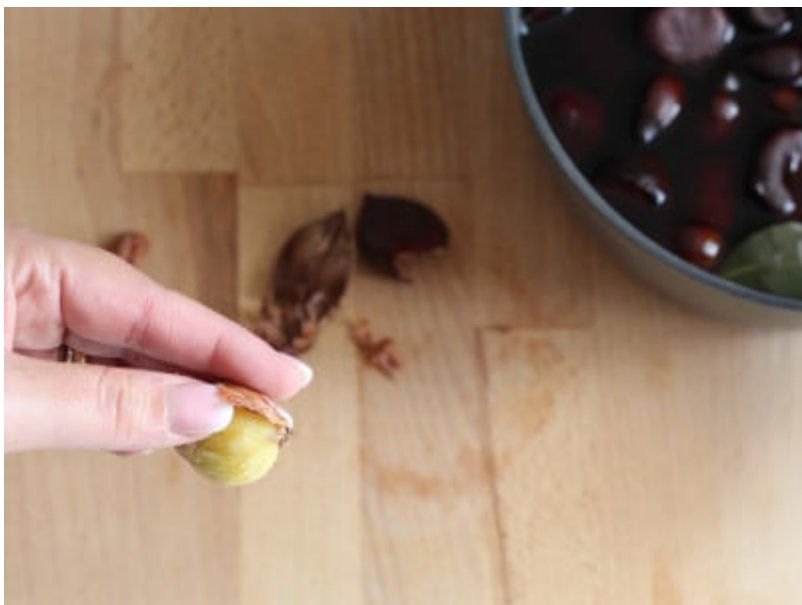
La cottura delle castagne varia in base alla loro grandezza. Se vuoi bollire delle castagne grandi o dei marroni serviranno circa 30 minuti dai primi bollori dell'acqua.

Controllate la loro cottura affondando i rebbi di una forchetta, se sentirete al centro troppa resistenza, dovrete prolungare di qualche minuto la cottura, devono risultare morbide ma non troppo.



3 Al termine, scola immediatamente per interrompere la cottura e potrai già servirle, calde e morbide.

Per sbuciarle basterà fare una leggera pressione con un coltello alla base della castagna per poi continuare con le mani ad eliminare prima la buccia e poi la pellicina che risulterà morbida.



CONSERVAZIONE

CONSIGLIO