

MARMELLATE E CONSERVE

Chutney di prugne

LUOGO: Europa / Regno Unito

DOSI PER: 3 pezzi DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 60 min COSTO:

basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



Il chutney di prugne è una di quelle salse che trasformano un piatto da semplice a gourmet. È una conserva agrodolce, speziata e profumata, che con il suo sapore intenso si sposa alla perfezione con i gusti decisi. A differenza della più delicata coulis ai frutti di bosco, questo chutney è

l'accompagnamento ideale per un tagliere di formaggi stagionati, per arricchire un bollito misto o per dare una nota in più a delle costine di maiale.

INGREDIENTI PER IL CHUTNEY DI PRUGNE

PRUGNE già pulite - 600 gr
SCALOGNO 35 gr
ZUCCHERO 120 gr
ACETO DI MELE 50 gr
ZENZERO FRESCO 5 gr
PEPERONCINO IN POLVERE 1 pizzico
SENAPE IN POLVERE 2 gr
CUMINO IN POLVERE 2 gr
SALE 1 pizzico

COME SI PREPARA IL CHUTNEY DI PRUGNE

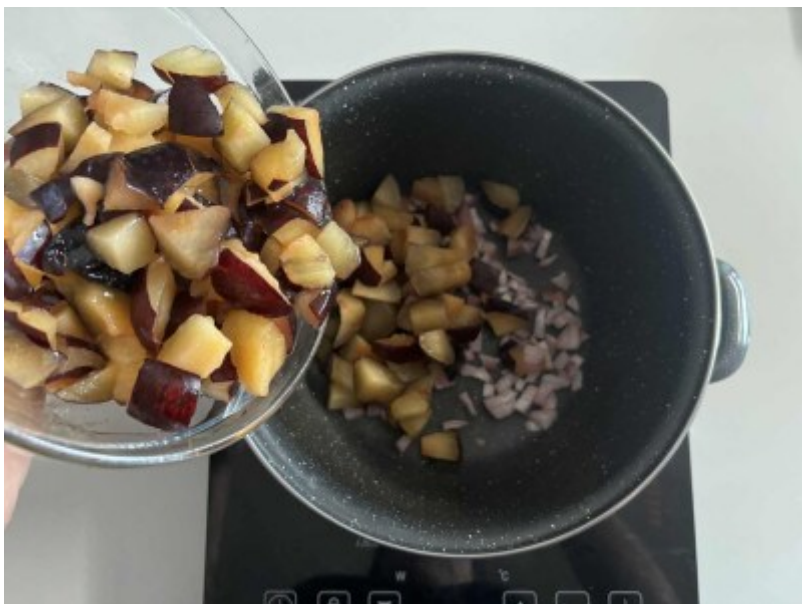
- 1 Per prima cosa, prepara la frutta e la verdura. Lava bene le prugne, tagliale a metà per eliminare il nocciolo e poi riducile a pezzetti grossolani. Sbuccia e trita finemente lo scalogno.







2 In una pentola dal fondo spesso, metti le prugne a pezzetti e lo scalogno tritato



3 Aggiungi lo zucchero e lo zenzero fresco grattugiato.



4 Unisci tutte le spezie: la senape in polvere, il cumino, il peperoncino e un pizzico di sale. Infine, versa l'aceto di mele.





5 Mescola bene il tutto, porta a bollire, poi abbassa la fiamma e lascia cuocere a fuoco

dolce per circa un'ora, mescolando di tanto in tanto. Il chutney sarà pronto quando si sarà addensato, assumendo la consistenza di una confettura. A questo punto, il tuo chutney è pronto. Se vuoi consumarlo a breve, ti basterà versarlo in un vasetto pulito, lasciarlo raffreddare e conservarlo in frigorifero per una settimana. Se invece vuoi conservarlo più a lungo, versa il chutney ancora bollente nei vasetti di vetro sterilizzati e procedi con la pastorizzazione (come spiegato nella sezione "Come conservare il chutney di prugne").



TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Per un chutney perfetto, ecco i nostri trucchi.

La cottura lenta: Il segreto è la pazienza. Il chutney deve cuocere a fuoco dolcissimo per circa un'ora, mescolando di tanto in tanto, finché non si sarà addensato e avrà raggiunto una consistenza simile a quella di una [confettura](#).

Tostare le spezie: Per un aroma ancora più intenso, puoi tostare per pochi istanti la senape e il cumino in polvere in una padella a secco, prima di aggiungerli al composto.

Non buttare i noccioli! Hai snocciolato le prugne? Lava bene i noccioli, asciugali e mettili in un vasetto con della grappa o alcol puro. Lasciati in infusione per qualche mese, creeranno un delizioso liquore aromatico.

COME CONSERVARE IL CHUTNEY DI PRUGNE

Se preparato e invasato in vasetti sterilizzati, il chutney di prugne si conserva in dispensa, al buio, per circa 3 mesi. Una volta aperto, va conservato in frigorifero e consumato entro una settimana.

POTRESTI CUCINARE ANCHE...

Se ami le salse e le conserve che arricchiscono i tuoi piatti, ecco altre idee che potrebbero piacerti.

[Cipolle rosse caramellate](#): Un altro contorno agrodolce perfetto per accompagnare carni e formaggi.

[Olio santo](#): La ricetta calabrese per un olio piccante fatto in casa, ideale per dare un tocco di brio a ogni piatto.