

SALSE E SUGHI

Coulis ai frutti di bosco

LUOGO: [Europa](#) / [Francia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [5 min](#) COTTURA: [20 min](#) COSTO: [medio](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



INGREDIENTI PER LA COULIS AI FRUTTI DI BOSCO

LAMPONI 100 gr
MORE 100 gr
MIRTILLI 100 gr
ACETO DI MELE 20 gr
ZUCCHERO 20 gr
BURRO 20 gr
SALE 1 pizzico

Immagina una **salsa vellutata**, dal colore intenso e dal sapore in perfetto equilibrio tra il dolce e l'acido. Questa è la **coulis ai frutti di bosco**: una preparazione di origine francese che eleva ogni piatto. Nasce per accompagnare **carne dal sapore deciso**, come le nostre [scaloppine di maiale ai frutti di bosco](#), ma la sua versatilità la rende perfetta anche per guarnire dolci al cucchiaio, come una [cheesecake al cocco](#) o un [tortino al cioccolato con cuore morbido](#).

COME SI FA LA COULIS AI FRUTTI DI BOSCO

- 1 In una padella antiaderente, sciogli una noce di burro a fuoco dolce, accendi la fiamma e aggiungi i mirtilli, le more e i lamponi





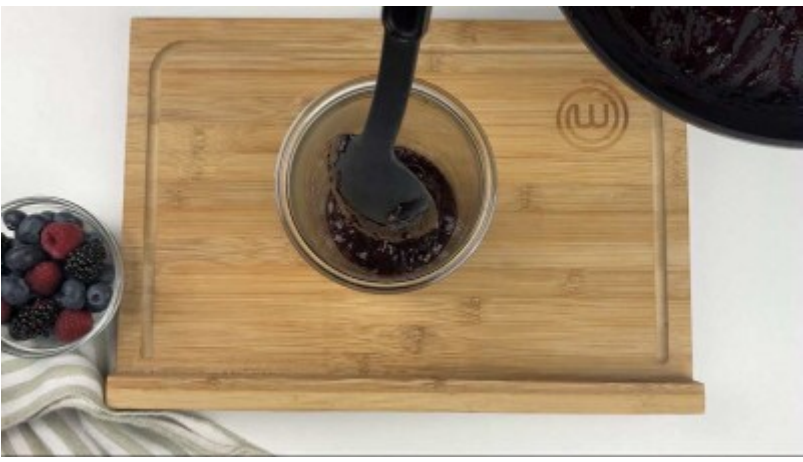
2 Aggiungi lo zucchero, un pizzico di sale e l'aceto di mele. Mescola bene il tutto e lascia cuocere a fiamma dolce per circa 20 minuti, finché la frutta non si sarà ammorbidita e il liquido leggermente ristretto.





3 Trascorsi i 20 minuti, la coulis sarà pronta per essere frullata. Togli la padella dal fuoco e, con un frullatore a immersione, frulla la frutta direttamente in padella fino a ottenere una salsa densa, liscia e cremosa







TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Per una coulis perfetta, ecco i nostri trucchi.

La cottura dolce: Cuoci la frutta a fuoco bassissimo. Deve ammorbidirsi lentamente, senza caramellare, per rilasciare tutto il suo sapore e colore in modo naturale.

Per una salsa più liscia: Per un risultato ancora più vellutato e professionale, dopo aver frullato la salsa passala attraverso un colino a maglie fini per eliminare i piccoli semini dei lamponi e delle more.

Personalizza l'acidità: Puoi sostituire l'aceto di mele con del succo di limone per una nota più fresca, o con dell'aceto balsamico per un sapore più complesso e agrodolce.

Non buttare i piccioli! I piccioli e le foglioline dei frutti di bosco, se freschi, possono essere messi in infusione in acqua fredda in frigorifero per creare una bevanda aromatizzata e dissetante.

COME CONSERVARE LA COULIS AI FRUTTI DI BOSCO

La coulis ai frutti di bosco si conserva in frigorifero per 3 o 4 giorni, in un contenitore ermetico o in un vasetto di vetro. Puoi anche congelarla in piccole porzioni, ad esempio nelle vaschette per il ghiaccio.

POTRESTI CUCINARE ANCHE...

Se ami il sapore dei frutti di bosco, ecco altre ricette dolci che potrebbero piacerti.

[Charlotte ai frutti di bosco](#): Un dolce scenografico e senza cottura, con un guscio di savoiardi e un cuore di crema.

[Tiramisù ai frutti di bosco](#): La versione estiva e colorata del grande classico, in una golosa ricetta senza uova.

[Sorbetto ai frutti di bosco](#): Un dessert freschissimo, leggero e naturalmente senza lattosio.