

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

## Sorbetto ai frutti di bosco

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

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    PREPARAZIONE: [20 min](#)    COTTURA: [3 min](#)    COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)

NOTE: + 5 ORE DI CONGELAMENTO IN FREEZER



Il colore intenso e il sapore dolce e acidulo dei frutti di bosco sono i protagonisti di questo **sorbetto**, un [dessert al cucchiaio](#) che sa di buono e di sole estivo. Questa ricetta è un modo semplice e sano per gustare la frutta, una preparazione elegante che non ha nulla da invidiare a una [charlotte ai frutti di bosco](#). È un fine pasto perfetto, più leggero di un [tiramisù ai frutti di bosco](#) e più semplice da preparare di tanti [gelati fatti in casa](#).

### INGREDIENTI PER IL SORBETTO AI FRUTTI DI BOSCO

FRAGOLE 200 gr  
LAMPONI 125 gr  
MIRTILLI 200 gr  
MORE 250 gr  
RIBES 125 gr

### INGREDIENTI PER LO SCIROPPO

ACQUA 200 gr  
ZUCCHERO 80 gr  
SUCCO DI LIMONE 35 gr

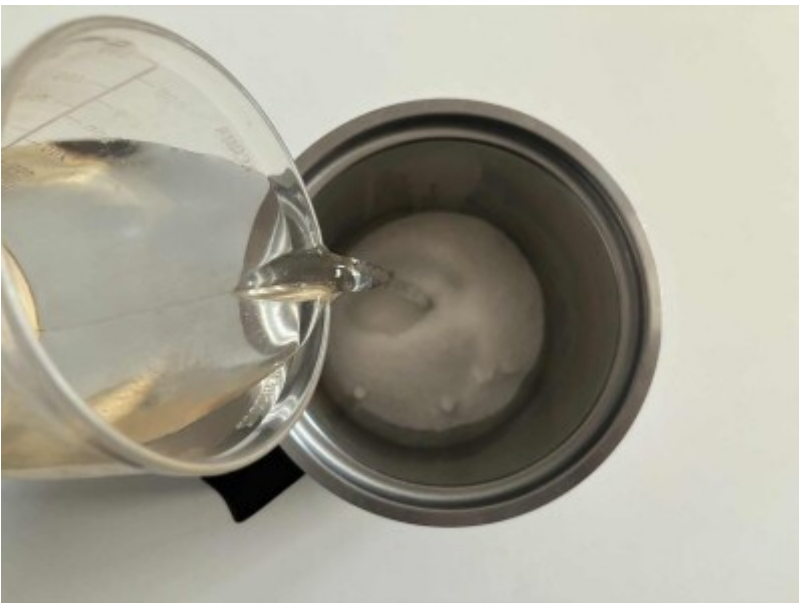
### INGREDIENTI PER DECORARE IL SORBETTO

FRUTTI DI BOSCO  
FOGLIE DI MENTA

# COME FARE IL SORBETTO AI FRUTTI DI BOSCO

- 1 Inizia preparando lo sciroppo, che dovrà raffreddarsi. In un pentolino, versa l'acqua, lo zucchero e il succo di limone. Porta a bollore e lascia sobbollire per 2-3 minuti, finché lo zucchero non sarà completamente sciolto. Spegni il fuoco e lascia raffreddare lo sciroppo completamente.







**2** Mentre lo sciroppo si raffredda, prepara la frutta. Lava delicatamente tutti i frutti di

bosco, eliminando eventuali gambi, piccioli o foglioline.







- 3 Metti tutta la frutta in una ciotola capiente (o nel contenitore che userai per il freezer).  
Aggiungi lo sciroppo ormai freddo e, con un frullatore a immersione, frulla tutto fino a ottenere una purea liscia e omogenea.









- 4 Ora inizia la fase di congelamento, il segreto per un sorbetto cremoso. Copri il contenitore con la pellicola e mettilo in freezer. Per evitare la formazione di grossi cristalli di ghiaccio, dovrai tirarlo fuori ogni 30-40 minuti e mescolare energicamente con una forchetta, "grattando" bene i bordi e il fondo. Ripeti questa operazione per 4 o 5 volte. Dopo l'ultimo mescolamento, lascia il sorbetto a rassodare in freezer per almeno 4-5 ore prima di servirlo





**5** Poco prima di servire, tira fuori il sorbetto dal freezer e lascialo ammorbidire a

temperatura ambiente per 5-10 minuti. Mescolalo un'ultima volta e servilo nelle coppette, guarnendo con frutti di bosco freschi e foglioline di menta.





## TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Per un sorbetto perfetto, ecco i nostri trucchi.

**Lo sciroppo freddo:** Il segreto per non alterare il sapore e il colore della frutta è aggiungere lo sciroppo di zucchero solo quando è completamente freddo.

**La ciotola ghiacciata:** Mettere la ciotola (meglio se d'acciaio) in freezer per un'ora prima di versare il composto aiuterà il sorbetto a raffreddarsi più velocemente e in modo più uniforme.

**Mescolare è il segreto:** Se non usi la gelatiera, mescolare il sorbetto ogni 30 minuti è il passaggio chiave per rompere i cristalli di ghiaccio e ottenere una consistenza cremosa.

**Non buttare i piccioli delle fragole!** I piccioli e le foglioline delle fragole possono essere messi in infusione in acqua fredda in frigorifero per creare una bevanda aromatizzata e dissetante.

# CONSERVAZIONE

Il sorbetto ai frutti di bosco si conserva in freezer, in un contenitore ermetico, anche per un mese. Prima di servirlo, lascialo a temperatura ambiente per una decina di minuti per farlo ammorbidire leggermente.

## POTRESTI CUCINARE ANCHE...

Se ami i dessert freschi e fruttati, ecco altre idee che potrebbero piacerti.

[Sorbetto al limone](#): Il grande classico, dissetante e perfetto come fine pasto.

[Smoothie al kefir con frutti di bosco](#): Per una colazione o una merenda sana e ricca di fermenti lattici.

[Cheesecake al cocco](#): Un dolce senza cottura dal sapore esotico, che si sposa benissimo con una decorazione di frutti di bosco.