

# Confettura di banane ai frutti di bosco e fava tonka. Something Red: Marmellata o confettura?



Non so a voi, ma a me viene sempre spontaneo parlare di “marmellata” indipendentemente dal tipo di frutta utilizzata. E’ un termine che sa di casa e di vecchie conserve della nonna, di pomeriggi passati al fornello a rimestare con la cucchiara in grossi pentoloni di frutta, di profumi che inondano la cucina e di quel magico “click” che ti fa sussurrare, per l’ennesima volta “è andata!” laddove il termine “confettura” mi fa tanto freddo barattolo da supermercato, buttato di fretta nel carrello in una frenetica giornata fitta di mille impegni.

Eppure, al di là delle sensazioni e delle abitudini personali, una differenza c’è, sancita addirittura da una direttiva dell’UE.

Si definisce infatti **marmellata** un prodotto a base di agrumi (limone, arancia,

mandarino ma anche cedro, pompelmo o bergamotto) mentre nel caso di qualunque altro tipo di frutta (o verdura, perchè no!) si parla di **confettura**, che può ritenersi extra se la percentuale di frutta arriva al 45%.

Posso quindi parlare di marmellata per **questa** ma sarebbe più preciso parlare di confettura per questa che, data pure la rapidità del microne, tanto tanto di pomeriggio a rimestare non è fatta :)! Ma son dettagli!

Quest'anno, vista la buca (ahimè) dei fichi a mala pena assaggiati, la confettura di susine lasciata in stand by causa eccesso di produzione lo scorso anno, la confettura di sambuco appannaggio della mamy insieme a quella di pesche, ho deciso di darmi alle banane.

Sì, di nuovo Chiquita ma stavolta con un tocco di rosso al posto del liquore, perchè ormai si sa, davanti a quei piccoli tesori del bosco io non resisto.

E allora, prendendo spunto da qui, con il solito zampino oltre a procedere con il metodo "classico" ho sostituito al succo d'arancia del frullato di frutti di bosco e alle bacche di vaniglia la nota profumatissima della fava tonka.

E adesso...chi porta il pane?

Io ci metto la marmellata...ops! **Confettura** ^\_\_^



**CONFETTURA DI BANANE AI FRUTTI DI BOSCO E FAVA TONKA**

Tempo di preparazione	20 minuti
Tempo di cottura	30 minuti
Tempo passivo	–
Porzioni	3-4 vasetti

### **Ingredienti per 3-4 vasetti**

- 850 gr di banane mature (peso al netto degli scarti)
- 1 mela media (150 gr netti)
- 250 ml di frullato fresco di frutti di bosco
- 300 gr di zucchero
- 1 fava tonka (in alternativa 2 baccelli di vaniglia)
- 1 limone bio

### **Procedimento**

1. Sbucciare le banane e tagliarle a rondelle.
2. Sbucciare la mela, eliminare il torsolo e tagliarla a pezzi.
3. Mettere la frutta in una pentola capiente adatta per la cottura in micro, aggiungere il succo del limone, il frullato di frutti di bosco, la fava tonka grattugiata (o i semi di vaniglia) e lasciar cuocere il tutto alla massima potenza (per me 750W) circa 15 minuti.
4. Togliere dal forno, aggiungere lo zucchero e frullare con il frullatore ad immersione fino ad ottenere una crema liscia.
5. Rimettere in forno alla massima potenza e lasciar cuocere per altri 15 minuti circa, mescolando e schiumando di tanto in tanto, o fino a che la marmellata avrà raggiunto la giusta consistenza (fare la prova piattino).
6. Riempire subito i vasetti con la marmellata bollente, rimetterli in micro qualche secondo perché prendano il bollore e chiuderli immediatamente con la capsula.
7. Avvolgerli in un telo e lasciarli coperti fino a che saranno perfettamente freddi. Nel giro di poco si dovrebbe sentire il “clac” del sottovuoto!

### **Note**

Per la versione tradizionale, procedere come per la cottura in micro allungando i tempi di cottura.

Lo zucchero andrà anche in questo caso aggiunto a metà, quando gran parte dell'acqua sarà ritirata. In questo modo, almeno nella prima fase, si evita di dover mescolare troppo spesso, cosa che sarà invece necessaria nella seconda fase di cottura.



**Piccola curiosità:** il termine **marmellata** deriva dal termine portoghese “marmelo”, ovvero mela cotogna. Si sa dal ricettario romano attribuito ad Apicio, e risalente al IV-V secolo dopo Cristo, che già i Greci usavano bollire le mele cotogne (in greco melimelon, mela di miele) con il miele, per ottenere una conserva. Altri documenti attestano l’esistenza delle marmellate nel Medioevo, e la stessa preparazione della frutta veniva utilizzata anche nel XVI secolo dai conquistatori spagnoli in America. [fonte qui]

Buona confettura a tutti, alla prossima ^\_\_^