

Due ricette con il tarassaco: morbide polpettine e una confettura

Dal verde delle foglie e dal giallo dei fiori di questa preziosa pianta selvatica possiamo ottenere due gustose ricette: delle deliziose polpettine vegetali e una confettura dolce per grandi e bambini

Coi fiori e le foglie di tarassaco accontentiamo la nostra voglia di salato e di dolce preparando delle gustose polpettine vegetali e un'insolita confettura, ottima sul pane con un velo di burro, ma buonissima anche al naturale.

POLPETTINE COL TARASSACO

Ingredienti (per 2 persone). Tarassaco lessato (100 grammi), 1 uovo, 1 patata me-

dia, 3 cucchiai di formaggio grattugiato, 3 cucchiai di pane grattugiato (2 cucchiai per impanare), sale, olio per friggere.

Preparazione. Laviamo le foglie del tarassaco, mettiamole in una pentola a pressione (1), copriamole d'acqua e cuociamole per circa 15-20 minuti.

Scoliamo bene e tritiamo con la mezzaluna (2). Poniamo in una ciotola la patata lessata e schiacciata con

l'uovo, amalgamiamo (3), saliamo e uniamo il tarassaco tritato (4).

Rimescoliamo, aggiungiamo il formaggio sempre mescolando bene, poi il pane e amalgamiamo (5) fino a ottenere un composto omogeneo e compatto.

Formiamo delle polpettine (6), passiamole nel pane grattugiato (7) e friggiamole in una padella con abbondante olio (8).



Polpettine col tarassaco



Confettura di fiori di tarassaco



cuocendole bene da entrambi i lati. Serviamo ben calde su carta assorbente (9).

CONFETTURA DI FIORI DI TARASSACO

Ingredienti. Fiori di tarassaco, zucchero, 2 arance, 2 limoni, anice stellato.

Preparazione. Raccogliamo i fiori e con le forbici tagliamo la parte verde del ca-

lice (10). Laviamo velocemente i petali sotto acqua corrente (11), trasferiamoli in una pentola a pressione e copriamoli con sufficiente acqua (12). Chiudiamo con il coperchio e cuociamo per circa mezz'ora. Dopo la cottura passiamo i petali con il passaverdure (13).

Pesiamo il liquido ottenuto e, per ogni chilogrammo, aggiungiamo 700 grammi di zucchero (14) e due frutti di anice stellato (15).

Grattugiamo la buccia di due arance (16) e di due limoni (17) e uniamole alla confettura (18), assieme al loro succo spremuto e filtrato (19).

Cuociamo a lungo, fino a quando la confettura non avrà raggiunto la giusta consistenza. Provvediamo quindi ad eliminare l'anice stellato (20) e mettiamo nei vasi ancora calda (21).

Nicoletta Bucci