

MERMELADA DE HIGOS

MERMELADA DE HIGOS





Esta semana vamos a dedicar el post a una fruta de temporada que está deliciosa y es muy nutritiva, el higo. Mi madre tiene en su morada un pequeño jardín con algún que otro árbol frutal, y es todo un deleite poder recoger sus frutos y aprovecharlos para hacer mermeladas, pasteles, tartas y cuantiosas recetas de repostería. Ahora en el mes de septiembre recogemos las avellanas, y acto seguido, recolectamos los higos. Es por ello que esta semana toca este tipo de receta, hay que aprovechar los ingredientes caseros siempre que se pueda.

Aquí en España, los higos suelen darse en los meses de Agosto y Septiembre, mientras que en el hemisferio sur se recogen en Febrero y Marzo. Existen muchas especies de higos, siempre ricos en fibras, sales y minerales. Por aquí suelen darse dos tipos primordialmente,

podemos encontrarnos con las higueras comunes o con las Breveras o Bacoreras. Las primeras nos proporcionan una única cosecha, mientras que las Breveras producen dos, una entre Junio y Julio, donde se recogen las Brevas, y otra entre Agosto y Septiembre, donde se recolectan los higos. Las Brevas son de color oscuro, mientras que los higos comunes tienden a tener un color verdoso.

La nuestra es una higuera común, así que después de recoger varios kilos de higos tuve claro que lo mejor para gastar tanta cantidad es hacer una buena mermelada casera con ellos. Queda espectacular y la podemos conservar durante el año entero hasta la siguiente recolecta. Otra opción para aprovecharlos es utilizarlos como relleno para pizzas o empanadas, el contraste dulce-salado les da un toque genial. Y ya si queremos hacer alguna receta a parte de la mermelada, con sabor exclusivo a higo , aquí os dejo un par de ellas que no tienen desperdicio, el flan y el dulce de fruta, rematadamente buenos.

<https://midulcepecado.com/dulce-de-higo/>

<https://midulcepecado.com/flan-de-higos/>



RECOLECTA CASERA



HIGOS PARTIDOS A LA MITAD

A la hora de elaborar mermelada los higos deben de estar madurillos. Sabremos que lo están si vemos que tienen la piel rugosa y suave al tacto, y que el cuello no está unido firmemente a la rama, sino que cuelga como si fuese a caer por su propio peso.

Para hacer la mermelada únicamente necesitaremos los frutos, azúcar, un poco de limón (este cítrico nos hace de conservante para que nos dure unos cuantos meses) y un pellizco de canela. Si ya tenemos los ingredientes a mano vamos a proceder con la receta...

INGREDIENTES

Para tres envases de mermelada:

- 1 kg de higos limpios y troceados.
- 200 g de azúcar moreno.
- 200 g de azúcar blanquilla.
- Zumo de un limón.
- 1 cda de canela molida (opcional).

DE FORMA TRADICIONAL

Antes de utilizar los envases para la mermelada los debemos de tener bien esterilizados. Es muy sencillo, primero los lavamos con jabón muy bien debajo del grifo y después los introducimos en una olla llena de agua junto con las tapas. Lo llevamos todo a ebullición, una vez que el agua rompa a hervir lo dejamos unos minutos mas y apagamos el fuego. Retiramos los envases y las tapas y lo dejamos secar todo al aire libre. De esta manera los tendremos listos para usar.

ELABORACIÓN

1. Cogemos los higos y los lavamos bien debajo del grifo. Cortamos los rabitos y los deseamos. Partimos los frutos a la mitad (incluimos la piel) y los ponemos en una olla junto con los dos tipos de azúcar (si queremos podemos utilizar los 400 g de uno solo), el limón y la canela. Los dejamos que maceren unas horas.
2. Una vez que están macerados llevamos la olla al fuego y los cocemos unos 30-40 minutos, removiendo cada poco y quitando la espumilla que queda a flote. Sabremos si la mermelada está lista si hacemos una pequeña prueba. Cogemos una cucharadita y la ponemos sobre la encimera. Esperamos un poco (enfría bastante rápido) y vemos la textura que va a coger. Si nos parece demasiado líquida cocemos la mermelada unos minutos más hasta adquirir la consistencia deseada.
3. Una vez que hemos hervido la mermelada podemos triturarla para que no tenga grumos si así nos gusta más. Cuando tengamos la textura por la que hemos optado introducimos la mermelada en los envases y cerramos muy bien las tapas. Podemos conservarla

en un lugar fresco y seco. Si queremos que nos aguante durante meses debemos de hacerle el vacío. Para ello introducimos la mermelada en una olla y la llenamos de agua de manera que cubra los envases al completo. Los ponemos al fuego y una vez que el agua rompa a hervir los dejamos 15 minutos mínimo para que se hagan al baño María. Retiramos los envases y dejamos que enfríen.

CON THERMOMIX

Lo primero que hemos de tener en cuenta antes de hacer la mermelada, es que los envases donde la vamos a introducir deben de estar esterilizados. Para ello los vamos a lavar bien, después los llevamos en una pota llena de agua a calentar (incluidas las tapas) y cuando hierba, pasados unos minutos, lo sacamos todo y lo dejamos secar al aire libre.

ELABORACIÓN

1. Cogemos los higos y los lavamos bien debajo del grifo. Les quitamos los rabitos y los desechamos. Partimos los frutos a la mitad (incluyendo la piel) y los introducimos en la Thermomix. Trituramos 10 segundos en velocidad 4.
2. Añadimos los dos tipos de azúcar (si queremos utilizamos los 400 g de un solo tipo), el zumo del limón y la canela. Quitamos el cubilete de la thermo y en su lugar colocamos el cestillo para que la mezcla evapore mejor. Programamos 50 minutos en velocidad 1 en posición varoma. Una vez terminado el tiempo comprobamos la consistencia de la mermelada. Para ello cogemos una cucharada y la vertemos sobre la encimera. No tardará nada en enfriarse, en ese momento es cuando veremos la textura que le va a quedar. Si la queremos mas consistente la pondremos unos minutos más a cocer en la thermo y si nos gusta sin grumos trituramos 20 segundos en velocidad progresiva 7-10. He elaborado la receta muchas veces y para mi gusto los 50 minutos me conceden la textura que mas me gusta.

3. Una vez que tenemos la mermelada al gusto llenamos los envases hasta dejar un centímetro libre por arriba y cerramos muy bien con las tapas. Si los queremos conservar durante tiempo les tendremos que hacer el vacío. Para ello llevamos los envases de nuevo a una pata, la llenamos de agua hasta cubrirlos al completo y la ponemos a hervir. Una vez que el agua hierva la dejamos 15 minutos mínimo más para que se hagan al baño María.
4. Ahora que hemos hecho el vacío dejamos enfriar la mermelada. A la hora de conservarla optaremos por un lugar seco y fresco. Si le hemos hecho el vacío al baño María nos dura tranquilamente un año entero.

Si os apetece podéis seguirme en mis otras redes sociales:

<https://www.instagram.com/almudenaalvarezperez/>

<https://www.facebook.com/midulcepecado4/>