SCIROPPO DI SAMBUCO: COME FARLO IN CASA

Se non avete mai assaggiato lo sciroppo di sambuco non sapete cosa vi perdete: ecco come preparare in casa questa bevanda particolare, squisita e freschissima (ma anche dove trovarlo se non avete voglia di prepararlo)
Sciroppo di sambuco
Se non sapete cosa è lo sciroppo di sambuco, sappiate che avete una lacuna abbastanza grave, che però andremo subito a colmare. Lo sciroppo di sambuco è una bevanda dal gusto particolarissimo, dolce, gradevole e soprattutto molto rinfrescante e perfetta per i mesi estivi, al pari di una limonata fatta a regola d'arte o di una bella granita. La preparazione dello sciroppo di sambuco è in più davvero semplice: la parte più impegnativa è probabilmente proprio procurarsi i fiori di sambuco. E allora cominciamo da principio, e scopriamo tutti i passaggi della preparazione di questa deliziosa bevanda estiva, e tutti gli usi che possiamo farne:
I fiori di sambuco: come e dove trovarli
Ricetta dello sciroppo di sambuco
Ricetta dello sciroppo di sambuco senza acido citrico
Come usare lo sciroppo di sambuco
Quanto dura lo sciroppo di sambuco e come conservarlo
Dove comprare lo sciroppo di sambuco
I fiori di sambuco e dove trovarli
fiori di sambuco
fiori di sambuco (fonte: Shutterstock)
Il sambuco è una pianta diffusissima in tutta Italia, ma maggiormente nel nord: non a caso la preparazione dello sciroppo di Sambuco è molto tipica in Trentino Alto Adige. Si tratta di una pianta che troviamo sia sottoforma di albero che di arbusto basso, e non serve nemmeno addentrarsi in boschi e selve per trovarla: spesso basta fare un giro appena fuori città.
Ma come si riconosce il sambuco? Principalmente proprio dai suoi fiori super caratteristici, che fioriscono in tarda primavera e durano fino a tutto il mese di luglio.
Il sambuco ha infatti dei fiori bianchi, molto piccoli, che crescono in forma di "grappoli", dalla forma davvero inconfondibile. Un'altra caratteristica tipica del sambuco è il suo buonissimo profumo, che con la preparazione dello sciroppo possiamo preservare.
Sciroppo di sambuco fatto in casa: ricetta "della nonna"
fiori di sambuco e limoni
fiori di sambuco e limoni (fonte: Shutterstock)
Andiamo a vedere allora la ricetta tradizionale dello sciroppo di sambuco:
Ingredienti:
10 fiori di sambuco (per "fiori" intediamo il grappolo di fiorellini)
2 kg di zucchero
1 limone
40 gr di acido citrico (lo potete comprare in farmacia)
1,5 litri di acqua
Procuratevi anche dei barattoli di vetro a chiusura ermetica in cui conservare lo sciroppo: dovranno essere abbastanza capienti e vanno sterilizzati.
Procedimento
Lavare delicatamente i fiori di sambuco
Immergerli nell'acqua insieme al limone fatto a fette (senza togliere la buccia)
Lasciare a marinare per circa 3 ore
Togliere fiori e limoni e aggiungere all'acqua di marinatura lo zucchero e l'acido citrico,

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

quindi mescolare molto bene in modo che lo zucchero si sciolga completamente
Tornare a immergere fiori e limoni nell'acqua e far riposare ancora per un giorno
Togliere di nuovo i fiori e i limoni avendo cura di strizzarli bene, quindi filtrare il liquido ottenuto con un colino e versarlo nei barattoli a chiusura ermetica. Conservate in frigorifero.
Ricetta dello sciroppo di sambuco senza acido citrico
preparazione dello sciroppo di sambuco
preparazione dello sciroppo di sambuco (fonte: Shutterstock)
Lo sciroppo di sambuco si può fare anche senza l'aggiunta di acido citrico, non sempre facilissimo da reperire, e che ad alcuni può sembrare un ingrediente un po' artificioso. Solitamente basta aumentare il numero di limoni utilizzati. Procedete così:
Ingredienti
15 fiori di sambuco
5 limoni (preferibilmente bio e non trattati)
400 ml di acqua
1,2 kg di zucchero
1 cucchiaino di aceto di mele
Procedimento
Lavare delicatamente i fiori di sambuco e i limoni
Tagliare a fettine i limoni senza sbucciarli
Riempire un barattolo di vetro a chiusura ermetica con le fettine di limone e i fiori
Ricoprire il tutto con l'acqua (potete suddividere gli ingredienti in più barattoli se non riuscite a procurarvene uno abbastanza capiente)
Chiudere bene il barattolo e far riposare il tutto per almeno due giorni
Alla fine dei due giorni togliere dall'acqua fiori e limoni avendo cura di strizzarli bene
Filtrare il liquido rimasto e metterlo in un pentolino con lo zucchero facendolo bollire per qualche minuto
A questo punto lo sciroppo è pronto: fate freddare, conservate nel vetro chiuso ermeticamente e preferibilmente in frigo.
Come usare lo sciroppo di sambuco
sciroppo di sambuco con ghiaccio
sciroppo di sambuco con ghiaccio (fonte: Shutterstock)
Attenzione: lo sciroppo di sambuco non si beve così com'è, perchè il sapore sarebbe troppo forte quasi a risultare sgradevole. Questo particolarissimo e profumato sciroppo infatti va diluito. Vi basterà mettere un paio di cucchiaini di sciroppo in un bicchiere d'acqua, ovviamente se fa caldo è un'ottima idea metterci anche qualche cubetto di ghiaccio. Poi potete variare le dosi in base ai vostri gusti, ma senza mai esagerare troppo.
Ad ogni modo lo sciroppo di sambuco si presta a diversi utilizzi, ecco qualche idea sfiziosa:
Fatene un cocktail leggero simile allo spritz: basterà aggiungere poco sciroppo di sambuco al posto dell'Aperol.
Usatelo per preparare un'ottima granita o una grattachecca, o perchè no anche dei ghiaccioli.
Se sapete che lo consumerete in grandi quantità insieme a tutta la famiglia: congelatelo direttamente a cubetti, basterà poi far sciogliere un cubetto in una bella brocca di acqua.
L'estate non è il solo momento in cui si può gustare lo sciroppo di sambuco: potete farci anche una bella e gustosa tisana aggiungendo due cucchiaini di sciroppo a una tazza di acqua bollente.
Si può utilizzare anche come aroma per creme, gelati fatti in casa, impasti di torte, ovviamente in piccolissime dosi.
Quanto dura lo sciroppo di sambuco e come conservarlo
Lo sciroppo di sambuco - pur essendo un prodotto fresco e casalingo - ha medi tempi di

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

conservazione per via del fatto che contiene una buona quantità di zucchero, che è un ingrediente conservante. Questo non vuol dire però che sia eterno, e infatti generalmente si consiglia di non conservarlo per più di 2-3 mesi - di certo se ne fate un uso frequente questo non sarà un problema.
Ad ogni modo meglio conservarlo in frigorifero e dentro un recipiente di vetro (bottiglia o barattolo a chiusura ermetica) che sia accuramente chiuso.
Dove si compra lo sciroppo di sambuco
Se la vostra passione per gli sciroppi fatti in casa si esprime bene nel degustarli ma molto meno nel prepararli, sappiate che lo sciroppo di sambuco si può tranquillamente acquistare già pronto. Non è facilissimo da reperire in realtà: con ogni probabilità non lo troverete nel supermercato sotto casa, a meno che non sia incredibilmente grande e fornito, ma questo non rende la nostra missione impossibile.
Tanto per cominciare esiste una versione dello sciroppo di Sambuco prodotto dalla Fabbri, che si può trovare nei supermercati più forniti.
Particolarmente ricca poi è la produzione di sciroppo di Sambuco da parte di piccoli produttori locali, soprattutto del Trentino: potete quindi procurarvi questa specialità se visitate queste zone, o se scovate botteghe di prodotti tipici, o ancora in molti negozi che trattano il bio, e ovviamente ordinando online direttamente ai produttori (basta una velocissima ricerca su Google).
E ancora, lo sciroppo di Sambuco lo si può trovare persino in un luogo totalmente inaspettato, vale a dire nello shop alimentare dei punti vendita Ikea.
Per quanto riguarda il prezzo dello sciroppo di sambuco, quasi sempre una bottiglia oscilla tra i 5 e i 10 Euro, e considerando che per degustare un bel bicchiere ne bastano due cucchiaini, ne vale certamente la pena.
Sciroppo di sambuco: perchè fa bene
Concludiamo con un dettaglio tutt'altro che secondario: lo sciroppo di sambuco oltre ad essere una bevanda gradevolissima fa anche bene, in quanto i fiori di sambuco possiedono una serie di proprietà benefiche. I fiori contengono infatti bioflavonoidi che innalzano le difese immunitarie, inoltre hanno proprietà diuretiche.
gpt native-bottom-foglia-cucina
gpt inread-cucina-0

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.