

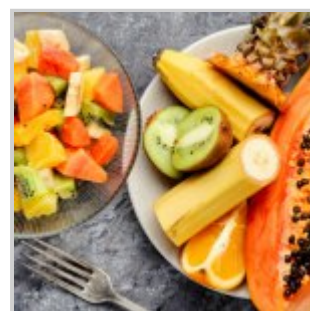
Marmellata “fai-da-te”, le regole per prepararla in casa senza rischi

Autore: Francesca Scarabelli

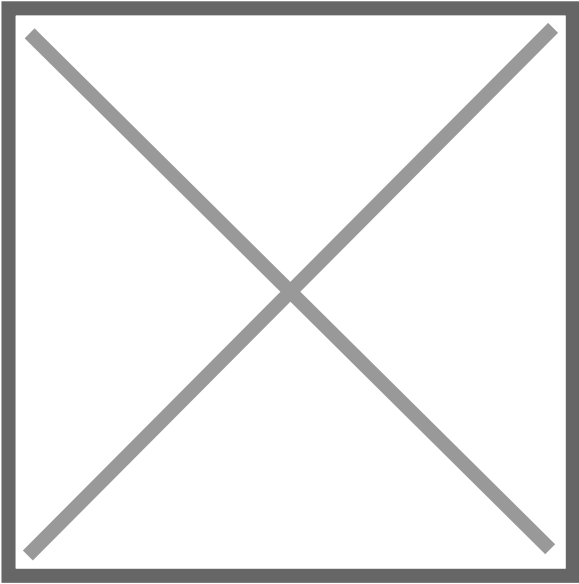
Data: 23 Febbraio 2021



La marmellata fatta in casa è una delizia che ci permette di mangiare la frutta tutto l'anno, come se fosse fresca. E in questa prima affermazione si trova anche la prima regola da seguire per fare le marmellate in modo sicuro. Vediamo, di seguito, tutte le altre regole per preparare una marmellata perfetta e senza rischi per la salute.

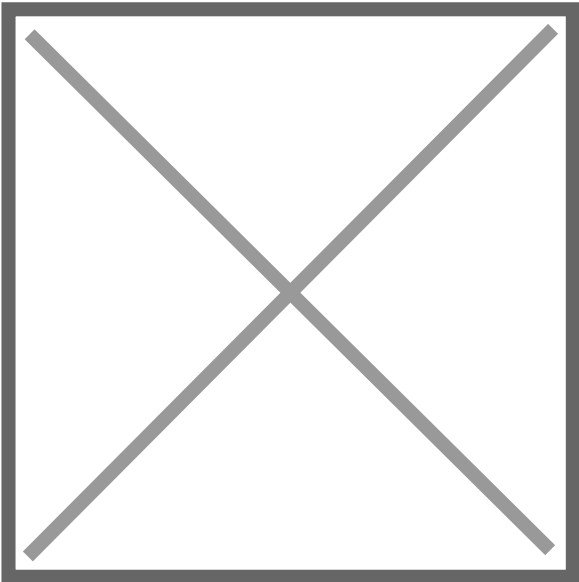


Scegliere la frutta fresca e di stagione



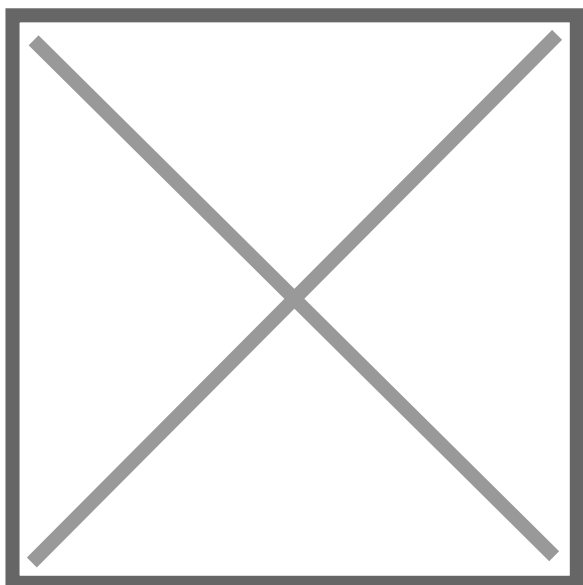
Perchè è dolce e morbida e perchè la frutta coltivata nella serra ha una serie di controindicazioni dovute alla lavorazione che non la rendono così ideale per fare le marmellate gustose e saporite come dovrebbero essere.

Lavare la frutta perfettamente



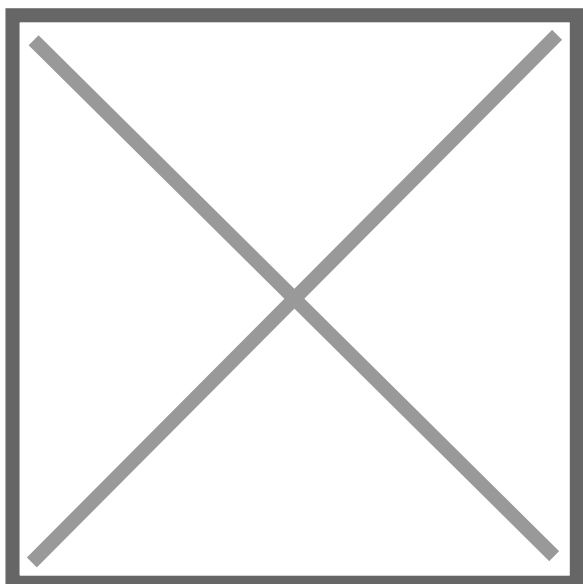
La seconda regola è che la **frutta utilizzata deve essere lavata perfettamente** e tenuta a bagno un bel po' per eliminare i residui di prodotti chimici e smog presenti nell'aria. Piccoli insetti e residui di polvere non devono entrare nella cottura della frutta.

Come tagliare la frutta

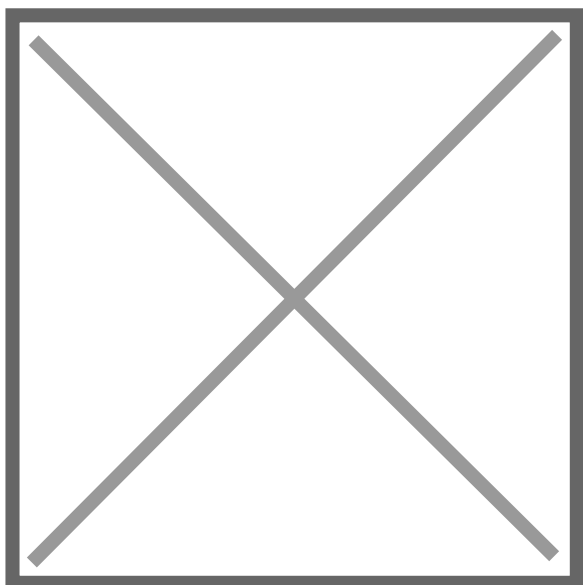


Tagliare la frutta a pezzi di 2-3 cm eliminando le eventuali parti marce o ammaccate. Considerate che la marmellata fatta in casa è anche un metodo per conservare la frutta “meno bella” da vedere. La frutta matura e un po’ “rammollita” è decisamente più saporita e zuccherina rispetto a quella più soda e acerba.

Zucchero e pectina



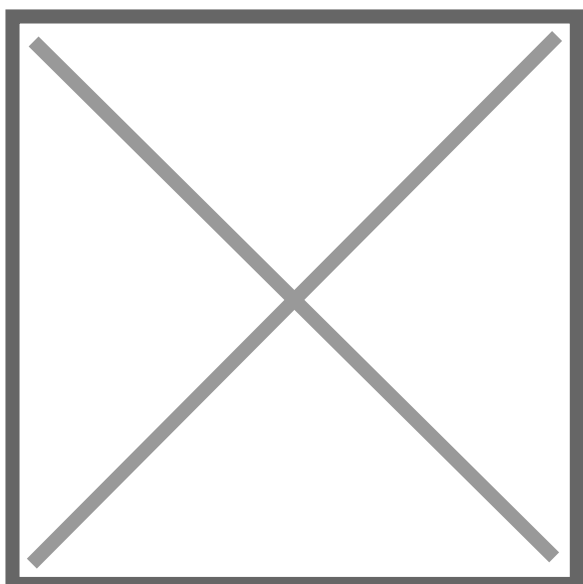
Lo zucchero è necessario per la conservazione e si deve calcolare una quantità di 1/2 kg di zucchero per ogni chilo di frutta. Le marmellate senza zucchero hanno un procedimento leggermente diverso ed è conservabile meno a lungo. La pectina, qualora la usate, deve essere fresca. Per evitare di usare la pectina strizzate la frutta quando è ancora cruda per farne uscire il succo che terrete da parte, poi con un frullatore amalgamate la polpa rimasta. Una volta frullata la polpa unitela al succo. Questa operazione favorisce la **separazione della pectina naturale della frutta.**



Cottura e strumenti

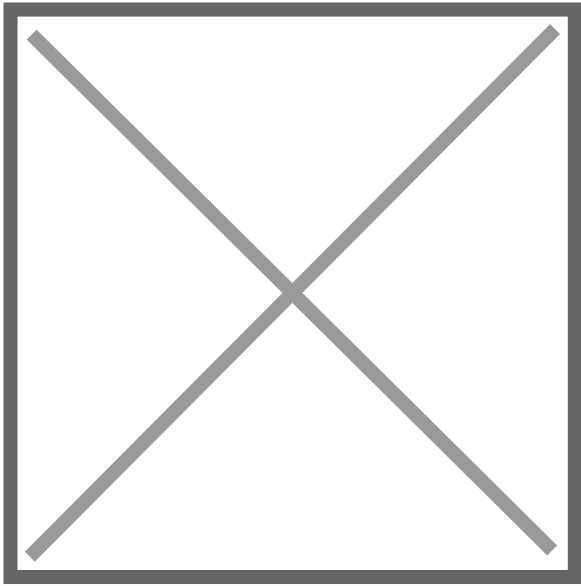
Cuocete la frutta con acqua fino ad ottenere la marmellata che poi colerete o frullerete se necessario con strumenti adeguatamente sterilizzati. Tutto ciò che usate fuori dal **processo di cottura** deve essere sterilizzato e non disinfettato con prodotti chimici, come vedremo nel paragrafo successivo.

Riempimento vasetti



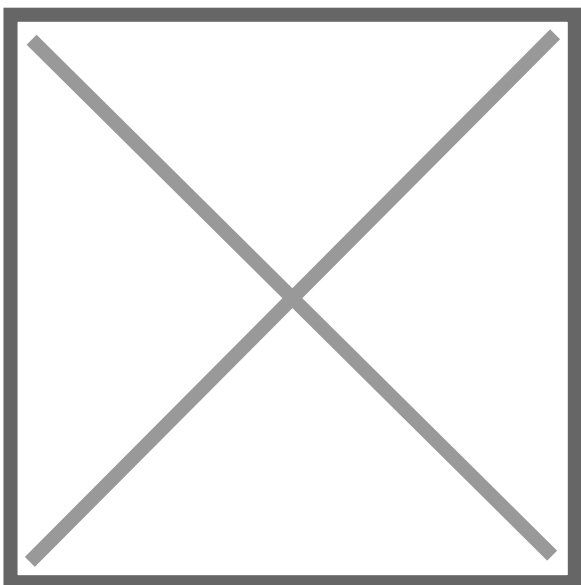
Raggiunta la giusta consistenza, la marmellata è pronta per essere **trasferita ancora calda nei vasetti**. Pulite bene i bordi, chiudete i barattoli e sterilizzate nuovamente cambiando l'acqua usata in precedenza. Una volta pronti i vasetti dovranno essere asciugati per bene, corredati di apposita etichetta sulla quale riporterete la data e il tipo di frutta usata, e conservati in un luogo asciutto, preferibilmente al buio (non in frigo).

Sterilizzazione



I metodi di conservazione delle conserve devono prevedere necessariamente la **sterilizzazione degli strumenti che entrano a fare parte dei processi di cottura** per evitare la trasformazione e il deterioramento a causa dei batteri, del cibo e anche per evitare il botulino che com'è noto, è un batterio mortale. I vasetti devono essere chiudibili ermeticamente con tappi non forati e sterilizzati. Per sterilizzarli bisogna immergerli in acqua bollita e tenerli a bagno per alcuni minuti completamente coperti di acqua. Meglio se si asciugano in un luogo sterile come la pentola stessa in cui sono stati sterilizzati.

Test di conservazione



Alla fine fate il test di sicurezza sui vasetti. Se il processo è andato a buon fine, nel vasetto non ci sarà aria e il tappo risulterà come sottovuoto o totalmente ermetico. In alternativa, cuocerete a bagnomaria i vasetti immergendoli in acqua portata a bollore per eliminare del tutto l'ossigeno residuo.

Qui trovate: [Le istruzioni per conservare la marmellata](#)

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/cucina/marmellata-fatta-in-casa-8-regole-per-prepararla-in-modo-perfetto-e-senza-rischi-per-la-salute/>

Generato il 08/05/2026