

---

## Uova di pasqua: coloranti naturali

Mar 04/04/2023 - 10:05

**Pasqua senza uova colorate non sembra quasi immaginabile. Pare infatti che l'usanza di dipingere le uova sia più antica della stessa festa cristiana e che risalga a una cerimonia primaverile con cui i Germani celebravano la dea Eostrea.**

Analogamente alle origini storiche di questa tradizione, sembrano ormai caduti nel dimenticatoio anche i coloranti naturali che le nostre cucine, cantine, dispense e giardini possono offrirci.

### I colori della natura:

- giallo: bucce di cipolla (appena scottate in acqua bollente), cumino, zafferano, fiori di camomilla
- marrone: bucce di cipolla gialla e rossa (cotte in acqua bollente), tè nero, caffè
- rosso: succo di rape rosse, bucce di cipolla imbevute nell'aceto
- blu/viola: cavolo rosso
- verde: spinaci, ortiche, foglie d'edera

### Come fare?

Preparare un decotto immergendo le verdure in acqua fredda. Per ogni litro d'acqua: 2-3 manciate di bucce di cipolla oppure 250 g di ortiche, spinaci o rape rosse tritate, oppure 500 g di cavolo rosso tritato. Tempo di cottura: ca. 1/2 - 3/4 ora.

A cottura terminata, filtrare il decotto e aggiungervi 2 cucchiaini da tavola di aceto per ottenere colori più brillanti. Rassodare quindi le uova nel decotto colorato.

### Consigli pratici

- Le uova dal guscio scuro assorbono meglio le varie tonalità marroni.

- Tutti gli altri colori rendono meglio sulle uova dal guscio bianco.
- Per aumentare la brillantezza dei colori, dopo la cottura strofinare le uova con una cotica di speck o pancetta o con dell'olio.
- Per ottenere l'effetto marmorizzato, cuocere le uova nel decotto non filtrato, immergendole sotto le verdure usate per la colorazione.
- Per arricchire le decorazioni, avvolgere le uova con foglie, fiori, erbe o altro, chiuderle in un telo o una calza di nylon, quindi immergerle nel decotto colorato o in acqua pulita.
- Se disegnatate dei motivi sulle uova crude servendovi di un pennello immerso in succo di limone o concentrato di limone, la parte di guscio disegnata non assorbirà il colore durante la cottura.
- Fate attenzione alla provenienza delle uova.

## **Uova precolorate**

Da qualche tempo a questa parte, nel periodo di Pasqua, troviamo negli scaffali anche uova già colorate. A differenza delle uova fresche queste non sempre riportano il tipo di allevamento e la provenienza. Sulle uova fresche, infatti, va indicato da dove provengono e il tipo di l'allevamento delle galline (biologico, ruspante, a terra, in gabbia). Dato che le uova precolorate rientrano fra i prodotti "lavorati", le stesse sono esonerate dall'obbligo di etichettatura. Purtroppo ad oggi le richieste di estendere tale obbligo anche a tutti i prodotti lavorati (pasta, prodotti da forno, salse ...) ad oggi non hanno avuto seguito. Alcuni produttori però danno il buon esempio, dichiarando volontariamente la provenienza ed il tipo di allevamento, cosicché con un po' di attenzione è possibile evitare le uova da allevamento in gabbia.