

Festività pasquali

Mer 08/04/2020 - 14:46

I consigli del CTCU per il riutilizzo degli avanzi Colorare le uova con colori naturali

Le uova vengono colorate, i coniglietti di cioccolato, il prosciutto e altri cibi pasquali vengono messi nel carrello della spesa: i preparativi per la Pasqua sono in pieno svolgimento. Probabilmente non tutte le prelibatezze acquistate verranno però consumate in occasione della Pasqua. Il Centro Tutela Consumatori Utenti fornisce alcuni, utili consigli su come far buon uso degli avanzi di cibo, nel periodo successivo alla festività.

Per molti, quest'anno i festeggiamenti della Pasqua non potranno avvenire in presenza della famiglia al completo. Anche se in molti casi si festeggerà in cerchie più ristrette, i preparativi per la Pasqua e l'acquisto di cibi tipici di questo periodo non verranno di certo a mancare. Non sempre è possibile stimare in anticipo le quantità di cibo di cui si ha effettivamente bisogno; di conseguenza si rischia di acquistarne o di prepararne troppo. Con i seguenti consigli del CTCU, le prelibatezze avanzate potranno essere apprezzate anche dopo la festività.

Il prosciutto di Pasqua e altri cibi (o piatti) facilmente deperibili devono essere consumati il prima possibile. Gli avanzi del prosciutto, tagliati a pezzettini, possono essere utilizzati, ad esempio, per preparare una pasta al prosciutto oppure dei tortellini con panna e prosciutto. Il prosciutto è adatto anche per la pasticceria salata, come i croissant al prosciutto; il modo più veloce per farli è con una pasta sfoglia preconfezionata.

Le uova di Pasqua sode possono essere utilizzate all'interno di un'insalata, oppure per una crema spalmabile alle uova o ancora per la classica „salsa bolzanina“. In Alto Adige, quest'ultima viene tradizionalmente servita con gli asparagi bianchi. Per ottenere una semplice salsa bolzanina, le uova sode vengono tagliate finemente e mescolate con olio d'oliva, aceto di mele, un po' di senape, sale, pepe e tanta erba cipollina fresca. Un uovo sodo, diviso in spicchi, è ideale anche sull'insalata.

Le uova sode con il guscio intatto possono essere conservate a temperatura ambiente fino a due settimane dalla loro cottura, e ancora più a lungo se riposte in frigorifero. Quelle con i gusci rotti devono invece essere necessariamente conservate in frigorifero e mangiate il prima possibile. Germi potrebbero, infatti, penetrare all'interno dell'uovo, attraverso le crepe del guscio.

"A tale proposito, si consiglia di non bloccare la temperatura delle uova, sottoponendole ad acqua fredda successivamente alla loro colorazione, poiché anche questo facilita la penetrazione di germi e deteriora le uova più velocemente", afferma Silke Raffeiner, esperta di alimentazione del CTCU. Le uova colorate del supermercato vengono trattate con una vernice speciale, in modo da poterle conservare per diverse settimane.

I prodotti da forno avanzati, come la treccia pasquale, il pane con forme sagomate o il pane di Pasqua possono essere congelati e in un secondo momento (ma sicuramente prima della Pasqua del prossimo anno) scongelati e cotti brevemente in forno. Questi prodotti da forno possono essere conservati nel congelatore a -18°C, per un massimo di sei mesi. "È molto pratico congelare i prodotti già affettati", consiglia la nutrizionista del CTCU. "In questo modo, in seguito, potrete scongelare esattamente la quantità che vi serve". I sacchetti per freezer disponibili in commercio sono ideali per congelare questi prodotti. Inoltre, per non avere dubbi, si consiglia di indicare sempre la data di congelamento sul sacchetto.

Anche quando sono già un po' secchi, i resti dei prodotti da forno possono comunque essere utilizzati molto bene per la preparazione di dolci, come la tradizionale torta di mele e pane, sudtirolese (lo "Scheiterhaufen"), oppure la tradizionale omelette spezzata di pane e riso al latte (il "Brotschmarren") oppure ancora il pane raffermo inzuppato nell'uovo, latte e zucchero e infine fritto (i cd. "Armen Ritter").

La colomba pasquale, molto popolare in Italia, ha una durata di conservazione che varia dai quattro ai cinque mesi. Se la colomba non viene mangiata tutta in una volta, il resto dovrà essere opportunamente coperto per evitare che si secchi, e potrà essere consumata nei giorni successivi. Anche dopo la scadenza del termine minimo di conservazione, la colomba (confezioni originariamente sigillate) non si deteriora subito, ma al massimo risulta meno morbida del prodotto più fresco, pertanto potrà ancora essere gustata.

I coniglietti e le uova di cioccolato hanno una durata di conservazione molto lunga. Ma, al più tardi quando arriva San Nicolò, la maggior parte delle persone non ha più alcuna voglia di prodotti pasquali. I pezzetti dei coniglietti o delle uova di cioccolato in eccesso, possono fungere da ingredienti per l'impasto di una torta oppure dei muffin. Il modo più veloce per rompere la figura ancora confezionata

è con un martello. Inoltre, i resti di cioccolato (sciolti) sono molto adatti per una fonduta di cioccolato, per la frutta ricoperta di cioccolato o come salsa di cioccolato per il gelato o la banana split.

Il Centro Tutela Consumatori Utenti consiglia solo coloranti naturali per colorare le uova di Pasqua:

<https://www.consumer.bz.it/it/uova-di-pasqua-coloranti-naturali>

Le ricette proposte dal Centro Tutela Consumatori Utenti, per l'insalata di uova e il "Brotschmarren" (tradizionale omelette spezzata di pane e riso al latte), nonché altre ricette e ulteriori consigli - non solo per la Pasqua - possono essere scaricati (solo in lingua tedesca) dal sito web dell'Associazione Cattolica delle Famiglie:

https://www.familienverband.it/images/Bildung-und-Freizeit/2020_Gutes_Leben/Input-downlaod/rezeptkarten_pdf.pdf.