

Pesche caramellate

- 2 pesche sode
- 1 limone
- zucchero

Tagliamo a metà le pesche, leviamo il nocciolo e togliamo la buccia.

In una tazza amalgamiamo quattro cucchiaini da caffè rasi di zucchero e la scorza grattugiata di mezzo limone.

Aggiungiamo un poco di succo di limone in modo che il composto risulti ancora molto denso.

Mettiamo il composto nella parte cava delle pesche e con un movimento rapido rigiriamole sottosopra in una padella antiaderente.

A fiamma bassa cuociamole per 10 minuti o quanto basta in modo che lo zucchero risulti caramellato.

Lasciamole raffreddare nella padella, togliamole e rigiriamole.

Favolose accompagnate con del gelato.

Come si possono consumare le pesche?

Sono un frutto dolce e succoso, originario della Cina, ma coltivato in molte parti del mondo, tra cui l'Italia. La loro polpa è tenera e il colore varia dal giallo al rosso, a seconda della varietà. Sono anche un alimento molto nutriente, ricco di vitamine, minerali e antiossidanti.

Le pesche possono essere consumate fresche, tagliate a fette e servite come dessert o spuntino leggero, oppure utilizzate



come ingrediente in molte ricette, come macedonie di frutta, torte e crostate. Inoltre, le pesche possono essere conservate sott'aceto o sotto sciroppo, per poterle gustare anche fuori stagione. La ricetta qui sopra, con le pesche cotte in padella caramellate e con il limone, è una praprazione molto facile e innovativa.

In cucina, le pesche si sposano bene con molti ingredienti, come formaggi freschi, prosciutto crudo, noci e miele, per creare piatti dolci e salati. Grazie al loro sapore dolce e rinfrescante, le pesche sono un frutto estivo molto apprezzato.

