



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)  
Banu Atabay's Mütevazî Lezzetler® Ricette di cucina

---

## Confettura di Fichi

İncir Reçeli



1 kg fichi prime  
1 kg dello zucchero polverato  
mezzo limone  
4 bicchieri l'acqua

- # Si sbucciano i fichi finemente.
- # In una ciotola si bolisce abbastanza acqua, poi il fuoco si porta in posizione basso, poi i fichi sbucciati si mettono nell'acqua.
- # Si cuocano fino ammorbidiscono. Poi si mettono su un piatto filtro, e si lasciano a raffreddare.
- # In questo momento 4 bicchieri acqua e lo zucchero si bolliscono.
- # Sopra si mettono i fichi raffreddate. Si cuocano insieme ancora un po'. Poi si prende dal fuoco.
- # Marmellata dopo aver raffreddato si mette nel barattolo, e il coperchio si chiude benissimo, e si tiene in un posto fresco e buio fino al giorno d'usare.

**Nota:** I fichi per la preparazione marmellata devono essere duri, abbastanza piccoli e senza zucchero.