

## Le patate americane

Di Laura

*Fu introdotta in Europa in seguito alla scoperta del continente americano. Oggi è coltivata anche in Italia.*

La patata americana, chiamata anche **patata dolce o batata**, è il tubero prodotto da una pianta perenne, con steli rampicanti che possono raggiungere i tre metri di lunghezza, proveniente dall'America Centrale.

Oltre al consumo diretto del tubero, la patata americana viene anche utilizzata per la produzione di **fecola e alcol**.

Le patate americane hanno la buccia giallastra o rossastra e la polpa farinosa di colore bianco o giallo, fino al rosa.

Le patate americane hanno **ben 140 kcal per 100 g**, a causa del contenuto in carboidrati molto superiore rispetto alla patata normale.

Il loro sapore è tuttavia molto più dolce, infatti questo tubero viene usato in numerose preparazioni dolciarie.

Nella cucina può essere utilizzata per preparazioni agrodolci.

In Italia la patata americana non è un alimento molto diffuso, si trova spesso nelle bancarelle dei fruttivendoli già cotta al forno, da mangiare così com'è, buccia compresa.

**Preparare le patate americane** al forno è molto semplice: basta lavarle accuratamente (ma non sbuciarle!), praticare delle incisioni longitudinali profonde da 1 a 2 cm a seconda della grandezza della patata, e infornarle per un tempo variabile dalla ora e mezza alle 2 ore, a 180 gradi, nel forno tradizionale.

Ogni mezz'ora sarebbe bene girarle: infatti la parte a contatto con la teglia da forno tende a scurirsi e a caramellare, se la patata non viene girata c'è il rischio che questa zona si bruci.

DATA DI PUBBLICAZIONE: 20/01/2011 - AGGIORNATO IL 07/06/2025 ALLE 02:00

2025 © TUTTI I DIRITTI SONO RISERVATI

AUTOGESTIONE CONTENUTI DI EDIZIONI VALLE SABBIA SRL C.F. E P.IVA: 02794810982 - SISTEMA [GLACOM®](#)