

dado vegetale e di carne

Scritto da Paola

Lunedì 28 Ottobre 2013 17:58 - Ultimo aggiornamento Lunedì 28 Ottobre 2013 18:01

DADO VEGETALE (ricetta base modificabile a piacere secondo i propri gusti e la stagionalità, l'importante è mantenere la quantità di sedano e non utilizzare verdure che non usereste facendo un brodo vegetale quali peperoni, melanzane, fagioli, verze ecc.) per 6 vasetti da 150 gr.

- 450 gr sedano
- Carote pulite 320 gr
- Cipolla e porro circa 300 gr
- 2 zucchine circa 250 gr
- Un pochino di vino bianco (facoltativo, mezzo bicchiere)
- A piacere alcune foglie di salvia + rosmarino + basilico
- 2 pomodori (meglio se sbucciati e privati dei semi)
- Prezzemolo 25/30 gr 1 spicchio di aglio
- Olio di oliva extravergine un cucchiaino
- Sale grosso meglio se integrale circa 500 gr (un terzo circa del peso delle verdure)

Tagliare tutte le verdure (il meglio è con coltello o mezzaluna a pezzi piccolissimi, il frullatore accelera i tempi ma il risultato è meno buono e salutare), il peso si intende di verdura già pulita. Mettere le verdure in pentola con sale, olio e vino e cuocere per circa 90'. Frullare con minipimer o passaverdura (meglio quest'ultimo per la consistenza, ma meno comodo). Rimettere sul fuoco e far addensare, deve diventare una crema molto densa. Mettere in vasetti sterilizzati, si conserva in frigo per circa 6 mesi

DADO DI CARNE (ricetta robusta e saporita che può essere realizzata anche in versioni più delicate utilizzando una sola qualità di carne, ad eccezione del maiale) per 5 vasetti da 150 gr

- Pollo pulito 200 gr
- Vitello pulito 170 gr
- Maiale 100 gr
- Manzo 250 gr

(Pesi della carne già pulita da grasso e parti nervose da tagliare a coltello a piccoli pezzi)

- Sedano 250 gr
- Carote 250 gr
- Cipolle 190 gr

(Tutte le verdure devono essere tagliate a coltello/mezzaluna a piccoli pezzi, i pesi si intendono puliti)

dado vegetale e di carne

Scritto da Paola

Lunedì 28 Ottobre 2013 17:58 - Ultimo aggiornamento Lunedì 28 Ottobre 2013 18:01

- Sale marino grosso integrale circa 450 gr (circa un terzo del peso della carne e delle verdure)

Mettere il sale sul fondo di una pentola (meglio se di coccio, scegliere una pentola che ha un coperchio che chiude bene) e gli altri ingredienti sopra. Fuoco basso e incoperchiare, le verdure butteranno tanta acqua. Mescolare ogni tanto e far cuocere per circa 3 ore. Scopperciare, far evaporare il liquido in eccesso, frullare e rimettere in pentola per ridurre ancora l'acqua. Quando il composto è sodo invasare in vasi sterilizzati.