



AGRICOLA VALICO TERMINUS

PRESENTA

VADE RETRO, BOTULINO!

Fare sottoli e sottaceti in casa in casa in tutta sicurezza



materiale necessario: vegetali di stagione, ingredienti vari, vasi (anche riciclati), tappi (rigorosamente nuovi), cartina tornasole e termometro da cucina

INTRO

Quando facciamo un sottaceto e un sottolio sono tre i presidi che impediscono brutte sorprese:

1 - la mancanza di acqua (asciugare bene dopo i lavaggio)

2 - il pH (acidità) basso (la scala del pH va da 1 a 14: sette è neutro, da 1 a 7 è acido, da 7 a 14 è basico, per conservare ci vuole un ambiente molto acido)

3 - la pastorizzazione, sempre e comunque

FASE 1

Scelta della ricetta e cernita delle verdure

Scegliamole di stagione e, possibilmente, prendiamole dai contadini della zona.

FASE 2

Lavaggio (con bicarbonato e Amuchina, il bicarbonato serve solo a far staccare eventuali residui, soprattutto terrosi, dalle verdure)

Risciacquo

Eventuale pelatura e taglio

FASE 3

Far bollire aceto con 1/3° di acqua in una pentola capiente

Aggiungere sale zucchero ed eventuali aromi (alloro etc)

Una volta che il liquido ha raggiunto il bollore...

FASE 4

...buttare le nostre verdure nella pentola. Se sono pezzi piccolo attendere di nuovo il bollore e scolare. Se sono pezzi grandi lasciar sobbollire qualche minuto.

La miscela di aceto acqua aromi e sale e zucchero può essere utilizzata tre o quattro volte, aggiungendo un pizzico di sale ogni volta.

FASE 5

Una volta scolate bene le verdure vanno assaggiate per capire se aggiungere sale, si possono tritare e mescolate con un po' di olio che aiuta a renderle brillanti.

FASE 6

Invasettare e colmare con olio.

Fare attenzione a coprire tutto il prodotto e a lasciare spazio per il sottovuoto, stare 1cm sotto al bordo del vaso

FASE 7

Pastorizzare:

mettiamo i vasi in una pentola capiente, copriamoli di acqua (l'acqua deve essere qualche cm sopra i tappi).

Per pastorizzare la temperatura deve arrivare a 86° nel cuore del vaso, il tempo che ci mette è variabile. Se avete un termometro a sonda potete estrarre il vaso che è al centro della pentola e più vicino al pelo dell'acqua, apritelo e misurate la temperatura poi rimettetelo al suo posto, ripetete fino a che arriva a 86°. A quel punto spegnete e con un mestolo sostituite l'acqua bollente con acqua fredda.

FASE 8

Misurare il pH:

prendete il vaso che avete usato per misurare la temperatura, apritelo e misurate l'acidità con la cartina di tornasole. Deve essere uguale o inferiore a 4.2

NB: la PASSATA di pomodori si può avere ph 4.6 se si pastorizza a 96°

NBB: se volete fare SOTTACETI il procedimento è lo stesso, ma:

le verdure vanno sbollentate in acqua

una volta invasettate le colmate con aceto al posto dell'olio

potete non misurare il ph

CONSIGLIO PER NON SPERCARE

Se in questo periodo avete troppa verdura e rischiate che vada sprecata e non avete vasi o tappi potete fare dei sottoli da conservare in frigo per almeno una settimana, procedete così:

prendete le verdure, pulitele, togliete gli scarti e lavatele bene; tagliatele secondo i vostri gusti e mettetele in una pentola o una casseruola e aggiungete per ogni kg di vegetale 100ml di aceto e 15g di sale; mettetle sul fuoco medio/basso per 10 minuti con il coperchio.

Passati 10 minuti scolate bene e travasate in un contenitore con chiusura ermetica (o altro chiuso con pellicola), aggiungete un po' d'olio e mescolate bene, chiudete e mettetle in frigo.

Le verdure così possono essere usate come contorno/antipasto, aggiungendo un po' d'olio, possono dare un tocco originale a un'insalata o panino, oppure aggiunte a un sugo per la pasta (il calore attenuerà il gusto dell'aceto).

CONTATTI SOS BOTULINO

Hai dubbi? Vuoi acquistare uno dei nostri prodotti trasformati? Vuoi essere aggiornato sulle nostre attività?

valicoterminus.com valicoterminus@gmail.com +393496440946