

MARMELLATE E CONSERVE

Friarielli sott'olio

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

friarielli
aceto
sale
olio
aglio
peperoncino.

PREPARAZIONE

- 1 Lavare per bene la verdura e lasciarla qualche ora in acqua freddissima, in modo da farla riprendere per bene.



2 Una volta fatta quest'operazione, mettere in una pentola capiente 1 litro di acqua e mezzo litro di aceto e una generosa manciata di sale grosso.

Portare a bollire ed immergervi la verdura un po' alla volta.





3 Cuocere i friarielli per almeno 10 minuti coperti.



4 Mano mano che si scolano, mettere i friarielli a raffreddare su un panno e, via via che si raffreddano, tamponarli leggermente e porli in una capiente ciotola.

Nel frattempo, continuare a sbollentare la verdura fino alla fine.



5 A questo punto, cominciare a condire la verdura nella ciotola.

Aggiungere l'aglio, l'olio, il peperoncino, assaggiare ed aggiungere del sale all'occorrenza.

Insaporire per bene e lasciar riposare per un'oretta nella ciotola.



- 6 Dopo un'ora invasare, alternando strati di verdura e olio cercando di non far rimanere aria nei barattoli ma senza schiacciare eccessivamente.

Coprire per bene con l'olio e chiudere.



- 7 Prima di cominciare a consumarli aspettare almeno una ventina di giorni.