

MARMELLATE E CONSERVE

Giardiniera di manu 14

LUOGO: Europa / Italia

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



INGREDIENTI

sedano
carote
cipolline
cavolfiore
peperoni
fagiolini
1 l di aceto di vino bianco
100 g di olio
100 g di zucchero
100 g di sale grosso
5 chiodi di garofano.

PREPARAZIONE

1 Lavare con cura tutte le verdure, stenderle su canovacci puliti e lasciarle asciugare per bene, tagliarle a pezzi.

Versare i rimanenti ingredienti in una pentola, quando il liquido bolle versare le verdure

nel seguente ordine:

prima il sedano e si lascia bollire per 2 minuti circa poi si aggiungono le carote per altri 2 minuti, le cipolline per 2 minuti, il cavolfiore per 3-4 minuti, i peperoni e i fagiolini per altri 2 minuti.

Passato il tempo scolare le verdure, inserirle nei vasi e coprire con il liquido bollente, chiudere con il tappo.