

ZUPPE E MINESTRE

Gumbo

LUOGO: Nord America / Stati Uniti

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



PREPARAZIONE

1 Il gumbo è una ricca zuppa cajun, che viene resa densa con l'okra, un impasto iniziale o polvere di sassafrazz in polvere. Sicuramente questi ingredienti possono essere combinati. Iniziare con olio e farina (circa 2 cucchiaini ciascuno). Scaldare l'olio sul fondo della zuppiera, quindi aggiungere la farina. Mescolare velocemente ed energeticamente e far imbiondire il composto. E' più veloce da fare a fuoco alto ma così è più facile sbagliare.

Non appena il preparato iniziale è mediamente arrostito (non bruciare la farina o dovrete iniziare tutto daccapo), incorporare la cipolla affettata, il peperone verde e il sedano (la sacra trinità nella cucina cajun). Questo dovrebbe fermare la cottura del preparato

iniziale. Quanta? Circa una cipolla, un peperone verde e 2 o 3 gambi di sedano. Circa 2 tazze di sedano affettato. Mescolare circolarmente. L'impasto dovrebbe profumare e una volta che la verdura si amalgama con il preparato iniziale il profumo dovrebbe essere molto buono. L'aglio, più o meno due spicchi, sminuzzati, devono essere ora incorporati. Lasciar cuocere fino a che la verdura si ammorbidisca, un paio di minuti. Il fuoco può essere portato a media intensità. Preparate un misto di timo, origano, basilico, peperoncino rosso (di Cayenna), pepe nero e pepe bianco che può essere aggiunto quando le verdure s'ammorbidiscono. Circa 1-2 cucchiaini di erbe, $\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{2}$ cucchiaino di pepe. Ora bisogna anche aggiungere del prezzemolo fresco e delle cipolle verdi tritate. Entrambi gli ultimi ingredienti sono opzionali. Si può anche aggiungere un cucchiaino di salsa Worchester e Tabasco a piacere. Il timo, la salsa Worchester e Tabasco sono l'altra sacra trinità della cucina cajun.

Il Gumbo può essere composto da diversi ingredienti. I frutti di mare sono l'ingrediente classico, con i gamberetti, le ostriche, i molluschi o il pesce in qualsiasi combinazione.

Anche il pollo si può utilizzare come base. La salsiccia è abbastanza d'obbligo.

Se si aggiunge il pollo, bisogna affettare il pollo nell'olio, quindi bisogna rimuoverlo prima di preparare il composto iniziale.

Ora, avendo aggiunto la carne desiderata, potreste lasciarla scaldare e farla leggermente imbiondire nel preparato iniziale, quindi aggiungete il brodo.

Se questo è un gumbo di pesce, usare del brodo di pesce. Se si usano molluschi, pesci o gamberi aggiungere i gusci o le lische per insaporire il brodo.

Anche il liquido delle ostriche si può aggiungere, se disponibile. Se si utilizza la salsiccia o il pollo, le ossa possono, anch'esse, essere utilizzate per il brodo. Si può utilizzare anche del vino o della birra per rendere il tutto più aromatizzato.

Comunque, aggiungere le 4 tazze di brodo. Far sobbollire. Servire del riso in una ciotola e versarci sopra del gumbo.