

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Fagiolini al naturale

LUOGO: **Europa / Italia**

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



Questa **ricetta dei fagiolini al naturale** è ottima per conservare i fagiolini in barattolo di vetro durante la stagione invernale. Con un po' di pazienza e di attenzione a fare bene e in modo sicuro i vari passaggi, avrai modo di ottenere un prodotto ottimo che ti farà risparmiare tempo e denaro.

Hai la fortuna di avere l'orto? Quindi è essenziale conoscere le tecniche di conservazione degli ortaggi. Autoprodurre in casa le conserve produce una grandissima soddisfazione, quindi cosa aspetti? Leggi cosa ti serve e iniziamo a preparare i nostri fagiolini al naturale!

Ecco altre ricette con fagiolini che potrebbero interessarti:

[Fagiolini in umido alla contadina](#)

[Insalata di fagiolini](#)

[Fagiolini in padella al limone](#)

INGREDIENTI

FAGIOLINI freschi - 2 kg

ACQUA 1,5 l

SALE 30 gr

PREPARAZIONE

- 1 Per preparare i fagiolini al naturale, per prima cosa portate a bollore l'acqua in una capace pentola.



- 2 Mentre l'acqua raggiunge la cottura, pulite bene i fagiolini, lavateli, spuntateli e raccoglieteli in una scodella.



3 Una volta che l'acqua raggiunge il bollore tuffate i fagiolini nell'acqua bollente coprite e lasciate sbollentare i fagiolini per 4 minuti circa.





- 4 In un'altra pentola mettete a scaldare 1,5 l di acqua con 30 g di sale e portate a bollore. Questa acqua servirà per la conservazione dei fagiolini, una volta messi all'interno dei barattoli di vetro.





- 5 Trascorso il tempo di cottura dai fagiolini, scolateli su di un panno e lasciateli raffreddare e asciugare completamente.



- 6 Quando i fagiolini si saranno raffreddati e asciugati bene, metteteli all'interno dei vasetti di vetro sterilizzati.



7 Una volta riempiti i vasetti e l'acqua salata avrà raggiunto il bollore, versatela all'interno dei vasetti, in maniera tale da ricoprire completamente i fagiolini, quindi sigillate subito i vasetti con i tappi.





8 Conservate in un luogo fresco e lasciate riposare per un mese circa prima di consumare.

