

SALSE E SUGHI

Salsa verde

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **molto bassa** PREPARAZIONE: **5 min** COSTO: **molto basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **molto facile**



Quello che vi presentiamo qui è la ricetta di uno dei condimenti più conosciuti e apprezzati in Italia. La **salsa verde** infatti è una ricetta pensata per essere l'accompagnamento delle carni bollite, del pesce lessato ma è ottima anche sopra semplici crostini. Qui ve la presentiamo in una variante più leggera. La nostra versione della salsa verde è senza uova, ovvero la versione più semplice possibile.

La salsa verde che vi proponiamo qui è di sicura riuscita, provatela e vedrete che sapore darà ai vostri piatti.

La ricetta della salsa verde è: prezzemolo in abbondanza, olio extravergine d'oliva buono, aglio e

acciughe per dare sapidità. Semplice e rapidissima.

Se volete abbinarla in maniera perfetta ecco alcune idee:

[lingua bollita](#)

[dentice lesso](#)

[polpette di bollito](#)

INGREDIENTI

PREZZEMOLO 2 mazzetti

ALICI O ACCIUGHE SOTT'OLIO filetti - 5

SPICCHIO DI AGLIO 2

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE 1 pizzico

PREPARAZIONE

1 Prendete il prezzemolo, eliminate i gambi ed aggiungetelo all'interno di un bicchiere.



2 Aggiungete al prezzemolo l'aglio e i filetti di acciuga sottolio.



3 Infine aggiungete un po' d'olio e frullate aiutandovi con un frullatore ad immersione.





4 Se necessario aggiungete altro olio extravergine d'oliva e frullate nuovamente.



5 Ideale per accompagnare carni bollite o se vi piace buona anche per crostini.



CONSIGLIO

E' possibile fare la salsa verde vegetariana?

Certo che si, basta togliere le acciughine e compensare con il sale, verrà una salsa altrettanto interessante e perfetta anche per chi è vegetariano.

Come posso fare per evitare che la salsa si ossidi e venga molto scura?

In genere la cosa migliore da fare è frullare a impulsi brevi senza riscaldare troppo il composto, un aiuto efficace è quello di aggiungere 1-2 cubetti di ghiaccio. Così la salsa verde avrà un colore molto brillante!

Questa ricetta della salsa verde è solo per bolliti?

Assolutamente no. E' ottima sul pesce, che sia cotto lessato oppure, ancora meglio, sulla griglia. Su un crostino di pane, magari con una sfoglia di parmigiano sopra è una vera delizia!