

COME FARE IL SOFFRITTO

Il soffritto è una preparazione che in cucina viene usata come base per cucinare numerosi piatti di carne, pesce o verdure.

Per preparare un soffritto a regola d'arte bastano pochi ingredienti: una cipolla, una carota e una costa di sedano tagliati a cubetti e fatti stufare in pentola con olio extravergine d'oliva.

Il segreto di un buon soffritto è la cottura a fuoco basso che permette alle verdure di rilasciare il loro sapore e diventare morbide.

Con il soffritto potrete preparare dal ragù agli arrostiti, dal minestrone ai calamari in umido.

Ingredienti:

Carote 1 media

Cipolle bianca 1 media

Sedano 1 costa

Olio di oliva extravergine q.b.

Vino bianco o acqua (facoltativo) 50ml

Preparazione:



Per preparare il soffritto vi serviranno un pelapatate e un coltellino. Iniziate a pulire la cipolla: sbucciatela (1) e dividetela a metà. Quindi poggiate la parte piatta di una metà su di un tagliere e iniziate a tagliare la prima metà in fette nel senso della lunghezza e poi nel senso della larghezza, per ottenere dei cubetti (3).



Passate alla carota: eliminate le estremità della carota con un coltellino e con un pelapatate, sbucciate la carota e lavatela sotto l'acqua corrente (4). Tagliate la carota a fette molto sottili per il senso della lunghezza (5), dividetela ulteriormente a metà e tagliatele infine nel senso trasversale per ottenere dei cubetti (6).



Infine la costa di sedano: lavate bene la costa sotto l'acqua corrente ed eliminate le foglie esterne, quelle laterali e sulla sommità. Eliminate la membrana filamentosa esterna con il pelapatate (7). Dividete la costa a metà e tagliatela in tante striscioline (8) e poi riducete a cubetti piccoli le striscioline (9).



Mettete in una padella l'olio extravergine d'oliva (10) fate scaldare e poi aggiungete il trito di cipolla, carote e sedano (11). Giratelo per far rosolare le verdure da tutti i lati e lasciate cuocere per almeno 15 minuti o finché la cipolla sia diventata completamente trasparente. Per accelerare la cottura potete anche sfumare dopo 5 minuti con del vino bianco o dell'acqua (12). Il vostro soffritto è pronto!

Conservazione

Il soffritto si può congelare, se ne preparate una discreta quantità asciugatelo bene utilizzando un canovaccio pulito e riponetelo in un sacchetto adatto per la congelazione.