

25 Agosto 2016

Come aromatizzare il sale

Erbe profumate, sale, frullatore e contenitori ermetici: ecco come preparare in casa un condimento gustoso, veloce e creativo



Tecniche di conservazione

Come **aromatizzare il sale**? La risposta è semplice e veloce come la ricetta. Il procedimento richiede **circa dieci minuti** e consente di preparare un condimento personalizzato a seconda dei gusti e dei piatti. **Cosa serve** per aromatizzare il sale in casa? L'ingrediente base è il sale grosso (circa 300 grammi per ogni ricetta). Vi servirà inoltre un frullatore, erbe aromatiche, spezie a piacere e vasi a chiusura ermetica per conservare la miscela.

Una fra le **ricette classiche** del sale aromatizzato prevede una foglia di alloro [1], un rametto di rosmarino [2], quattro foglie di salvia secca [3], quattro grammi di prezzemolo e un mezzo cucchiaino di aglio disidratato. Frullate il tutto insieme a circa 300 grammi di sale grosso, e lasciate essiccare il composto steso su un vassoio prima di sistemarlo nel barattolo.

Per **condire il pesce** è ideale preparare il sale aromatico a base di timo [4], prezzemolo secco, buccia di limone (è sufficiente una striscia) e pepe nero. Oppure potete realizzare un composto saporito e ancora più semplice a base di sale e peperoncino [5] (circa un cucchiaio). **Perché aromatizzare il sale?** È una questione di gusto, ma anche di benessere. In questo modo si potrà limitare il consumo di sale dando spazio anche all'aroma di erbe fresche di stagione.

Potrebbe interessarti anche

Come scegliere un melone maturo? [6]

Come si prepara la mostarda di frutta mantovana? [7]

Come si riconosce un prodotto Dop [8]

Links

- [1] <http://www.territori.coop.it/benessere/alloro-le-foglie-dellimmortalit%C3%A0-da-raccogliere-primavera>
- [2] <http://www.territori.coop.it/benessere/tutte-le-propriet%C3%A0-del-rosmarino>
- [3] <http://www.territori.coop.it/consigli/come-essicare-la-salvia>
- [4] <http://www.territori.coop.it/benessere/il-timo-pianta-balsamica-che-sostiene-la-ricerca-della-fondazione-veronesi>
- [5] <http://www.territori.coop.it/benessere/restare-forma-dopo-l%E2%80%99estate-con-il-peperoncino-%C3%A8-pi%C3%B9-facile>
- [6] <http://www.territori.coop.it/consigli/come-scegliere-un-melone-maturo>
- [7] <http://www.territori.coop.it/consigli/come-si-prepara-la-mostarda-di-frutta-mantovana>
- [8] <http://www.territori.coop.it/consigli/come-si-riconosce-un-prodotto-dop>