

05 Dicembre 2016

Come evitare l'odore del cavolo

Qualche trucco e un paio di segreti per portare in tavola questo elisir di benessere evitando lo sgradevole odore causato dalla sua cottura



Preparazioni e ricette

Il **cavolo** è un ortaggio ricco di preziose virtù, protagonista nella stagione fredda di tante ricette tradizionali o creative. Ma se avete deciso di non cucinarlo mai più per evitare che il suo sgradevole odore riempia tutta la casa, ecco alcuni trucchi per continuare a gustarlo senza rovinare l'atmosfera in cucina.

Com'è possibile **evitare l'odore del cavolo durante la cottura**? La risposta è semplice e ha quasi il piglio di un rito magico. Basta riempire una **tazzina da caffè con aceto** e posizionarla sul coperchio della pentola in corrispondenza dell'uscita del vapore.

Un'altra soluzione per sbarazzarsi dell'odore di cavolfiore è quella di mettere all'interno della pentola una **fetta di pane** morbida (con molta mollica) **imbevuta di aceto o limone**. Il metodo pare funzionare anche se si appoggia questa fetta di pane imbevuta sul coperchio della pentola, allo stesso modo in cui si può fare con la tazzina da caffè riempita con l'aceto.

Altre soluzioni, che derivano sempre da conoscenze popolari, indicano di mettere nell'acqua di cottura un **mezzo bicchiere di latte** durante la preparazione. Ricordate tuttavia che, per non disperdere le proprietà nutritive [1] del cavolo è bene **stufarlo o cuocerlo a vapore** per un tempo limitato (non oltre i 16-18 minuti in genere). Se utilizzate una vaporiera, provate anche ad aggiungere una foglia di alloro all'acqua o del succo di limone: è un trucco semplice, ma sempre molto efficace.

Potrebbe interessarti anche

Come aromatizzare l'olio [2]

Come si fa l'aceto di vino in casa? [3]

Come rendere più digeribili i legumi [4]

Links

[1] <http://www.territori.coop.it/territori/nella-terra-dei-cavoli-una-miniera-di-ortaggi-anticancro>

[2] <http://www.territori.coop.it/consigli/come-aromatizzare-l-olio>

[3] <http://www.territori.coop.it/consigli/come-si-fa-l%E2%80%99aceto-di-vino-casa>

[4] <http://www.territori.coop.it/consigli/come-rendere-pi%C3%B9-digeribili-i-legumi>