

CUOCERE BENE LA CIPOLLA E MIGLIORARE LA RIUSCITA DI TUTTI I PIATTI

Il soffritto di cipolla è fondamentale per dare "rotondità" ai cibi cotti. Spesso risulta indigesto, perché la cipolla non è cotta bene o è bruciata. Non deve mai friggere ma solo appassire.

SFIAMO UN MITO

Il soffritto di cipolla non serve per dare gusto al ragù o al pezzo di carne o al pesce all'inizio della cottura, ma per legare, arrotondare e completare il gusto complessivo di tutta la preparazione durante la parte intermedia e finale della cottura.

È assolutamente sbagliato, anche se consigliato da quasi tutti i libri di cucina, prima far soffriggere la cipolla e poi a seguire, nella stessa padella, far rosolare la carne o il pesce o altri ingredienti, perché in questo modo la cipolla, che è delicatissima, si "bruciacchia" e come conseguenza da un sapore amarognolo a tutta la preparazione e soprattutto diventa difficile da digerire.

COME FARE UN BUON SOFFRITTO DI CIPOLLA

Preparazione

Mondate la cipolla.

Tagliatela a metà nel lato più lungo, poi tagliatela a fettine sottili nel lato più lungo, poi tagliate ogni blocco di fettine trasversalmente a piccoli tocchetti e divideteli bene a mano l'uno dall'altro.



Cottura

Mettete a freddo nella padella l'olio e i tocchetti di cipolla e mescolate bene con il cucchiaio di legno. Mettete la casseruola con il coperchio sul fuoco più basso che avete in cucina (**per cuocere la cipolla basterebbe la fiammella di una candela**) e lasciate cuocere per 10 minuti, mescolando di tanto in tanto, facendo attenzione che nessuno dei tocchetti di cipolla si bruci scurendosi. Unite mezzo bicchiere di acqua calda e, mescolando di tanto in tanto, terminate la cottura con il coperchio fino a quando la cipolla è completamente appassita (deve diventare quasi trasparente) ma non frita o bruciacchiata (Circa 40 minuti, aggiungete via via acqua calda quando si asciuga troppo e tende a imbiondersi) .

Suggerimenti & Consigli

Il buon soffritto fa grande ogni piatto, la cipolla bruciacchiata rende amaro il sapore di ogni piatto.

Se avete tempo e voglia, potete anche preparare il soffritto di cipolla, aumentando le dosi, una volta alla settimana, conservarlo in frigorifero in un recipiente ermetico ed utilizzarlo a cucchiainate ogni volta che serve (circa tre cucchiainate corrispondono alla dose per due persone).

Non utilizzate assolutamente il sale per il soffritto: non serve alla buona cottura e, d'altra parte, il soffritto va sempre aggiunto ad una ricetta e non si gusta mai da solo.

Tenete presente che la cottura del soffritto va iniziata almeno 30 minuti prima di ogni altra ricetta cui è destinato come ingrediente.

NOTA DA RICORDARE BENE

Il soffritto va sempre aggiunto a tutte le preparazioni (arrosti, ragù, risotti,...) solo quando questi ultimi hanno raggiunto almeno metà cottura.

NATURALMENTE UTILIZZATE SOPRATTUTTO LA CIPOLLA RAMATA DI MONTORO!