

CONSERVE E MARMELLATE

Insalata di verdure sott'aceto

DOSI

16 persone

PREPARAZIONE

30 min

COTTURA

1 h 30 min

■ Ingredienti per 16 persone

Cavolfiore piccolo sodo	1
Peperoni verdi	2
Peperoni rossi	2
Fagiolini	500 g
Grani di mais in scatola	250 g
Cipolline	2
Fagioli secchi rognoni di galletti	250 g
Sale	100 g

PER L'ACETO ALLE SPEZIE

Aceto di sidro	100 cl
Semi di senape	1 cucchiaio
Senape	1 cucchiaio
Curcuma	2 cucchiaini
Zucchero scuro	175 g

■ Preparazione

- 1 Prepare tutte le verdure. Fate una salamoia con il sale e un litro di acqua. Fate macerare le verdure preparate e i grani di mais per ventiquattro ore.
- 2 Mettete i fagioli in una terrina di acqua fredda e lasciateli macerare per dodici ore. Dopo dodici ore di macerazione sgocciolate i fagioli.
- 3 Metteteli in un recipiente con l'acqua, portate a ebollizione e lasciate cuocere per un'ora e trenta. Sgocciolateli e lasciateli raffreddare. Dopo ventiquattro ore sgocciolate le verdure.
- 4 Sciacquatele a lungo nell'acqua fredda corrente e lasciatele sgocciolare di nuovo. Versate l'aceto in un tegame. Portate lentamente a ebollizione mescolando per sciogliere lo zucchero.

- 5 Fate cuocere a fuoco lento per tre minuti. Sbollentate i vasi e capovolgeteli su un telo. Mescolate i fagioli alle altre verdure. Sistemate nei vasi e ricopriteli di aceto caldo, filtrandolo.
- 6 Chiudete i vasi. Etichettateli e sistemate. Potete utilizzare questa macedonia subito dopo la preparazione.