

# Salsa contadina

La **salsa contadina**, spesso chiamata anche salsa rossa o salsa rossa alla contadina, è un battuto di verdure cotte in aceto e conservate sott'olio. Il battuto è piuttosto grossolano, le verdure ancora croccantine, caratteristiche che donano a questa salsa un aspetto e un sapore particolarmente rustico.

La **salsa contadina** si sposa ottimamente con carni bollite o alla piastra, ma è ottima anche da servire su crostini o per farcire i panini, in particolare in abbinamento a tonno e maionese.

## INFORMAZIONI

- 6 persone
- **150Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**
- ricetta **vegetariana** e **vegan**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

## INGREDIENTI

- 150 g di peperoni rossi
- 130 g di carote
- 120 g di cipolle rosse
- 100 g di sedano
- 50 g di acqua
- 50 g di aceto di vino bianco
- Sale fino
- 1 cucchiaino di zucchero
- 80 g di olio di semi di girasole

## PREPARAZIONE

- Tutti i pesi delle verdure indicate fra gli ingredienti sono al netto degli scarti. Tutte le verdure vanno pulite come di seguito indicato e tagliate a cubetti di mezzo centimetro di lato.
- Lavare il peperone, eliminare il torsolo, tagliarlo a metà, eliminare i filamenti bianchi interni e i semi e tagliarli a cubetti.
- Lavare le carote, pelarle con un pelapatate per eliminare lo strato più esterno, tagliare le estremità quindi tagliarle a cubetti.
- Pulire la cipolla eliminando le estremità, togliere lo strato esterno di consistenza cartacea, quindi affettare la cipolla in fette da mezzo centimetro di spessore e ricavarne dei cubetti.
- Lavare il sedano, eliminare le foglie e le parti rovinare e tagliarlo a cubetti.
- Mettere tutte le verdure in un pentolino antiaderente, fare la miscela di acqua e aceto, unirle alle verdure assieme a un pizzico abbondante di sale e mescolare.
- Accendere il fuoco e cuocere le verdure per 10 minuti dal bollore, a fiamma media mescolandole di tanto in tanto. A fine cottura unire lo zucchero e mescolare.
- Far intiepidire le verdure, quindi metterle su un tagliere e tritarle con la mezzaluna fino ad ottenere una granulometria medio fine.
- Mettere il trito in un vaso, unire l'olio e riporre in frigorifero per almeno un paio di ore prima di gustarla.
- Gustarla fredda da frigo, sgocciolata dall'olio di conservazione.

## STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

## AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.



### I consigli di Barbara

La salsa contadina si conserva ottimamente in frigorifero per una settimana, purchè sia riposta in un vaso ben chiuso e rimanga sempre coperta di olio.

Per una conservazione più lunga, dai 6 mesi a 1 anno, si può sterilizzare. Avvolgere i vasi con degli stracci puliti, metterli in una capace pentola in modo che non si muovano ed unire acqua fredda fino ad averne almeno una decina di centimetri sopra i vasi. Mettere sul fuoco e far bollire per 30 minuti calcolati da quando l'acqua comincia a bollire vistosamente. Trascorso il tempo indicato spegnere il fuoco e lasciare i vasetti a raffreddare nell'acqua. Conservare in luogo fresco e asciutto, possibilmente al buio.