

Dai colore ai tuoi piatti in modo naturale



Zafferano, curcuma, barbabietole, spirulina, ma anche i comuni pomodoro, cavolo rosso e carota possono colorare le nostre ricette in modo naturale dando loro un tocco in più. Inoltre sono naturali, non tossici e non provocano allergie.

Se siete affascinati da queste presentazioni originali e desiderate aggiungere colore ai vostri piatti ricordate però che il gusto deve essere l'obiettivo prevalente nella preparazione di ogni ricetta, anche di quella più creativa. Non lasciatevi quindi trascinare all'entusiasmo 'pittorico' e controllate con attenzione l'equilibrio dei sapori.

La scelta del prodotto da utilizzare come colorante varia in base alla ricetta che desiderate preparare: è un piatto dolce oppure salato, una portata dalla consistenza croccante oppure liquida, un piatto armonico oppure dal gusto a contrasto? In base alle vostre risposte potete orientarvi verso frutta, verdura, alghe oppure spezie.

Le tecniche utilizzate per ottenere il colore

Sono principalmente tre:

Frullare

È il metodo più veloce e consiste nel far cuocere l'ingrediente scelto per ottenere la colorazione, frullarne la polpa ed aggiungerla al piatto principale amalgamandola uniformemente.

Essiccare

La frutta o la verdura vanno affettate sottilmente e poi messe ad essiccare in forno oppure esposte al sole per il tempo necessario alla loro disidratazione e poi frullate e ridotte in polvere.

Macerare

È un ottimo procedimento per estrarre la clorofilla, e dunque il colore verde, dalle verdure a foglia che vanno pestate con un mortaio e poi immerse per due giorni in un liquido (acqua, olio o alcool a 95 °C). Se avete utilizzato l'alcool è necessario, dopo il tempo d'infusione, mettere il liquido a bollire lentamente per far evaporare la componente alcolica.

Ricordatevi di aggiungere il colorante poco a poco, fino a ottenere l'intensità di colore e di sapore desiderati.

Frutti e verdure per ottenere il colore che desideri



Giallo = zafferano, peperoni gialli

Rosso= pomodoro, fragole,

Viola= cavolo rosso, more

Rosa= cavolo rosso + limone

Fucsia= rapa rossa

Verde= prezzemolo, alga spirulina, acqua di cottura degli spinaci, tè matcha

<https://www.larassegna.it/dai-colore-ai-tuoi-piatti-in-modo-naturale/>

Arancione= carota, zucca, curcuma

Blu= cavolo rosso + bicarbonato



Risotto alle rape rosse e salsa gorgonzola - chef Enrico Bartolini

Ricetta di copertina: Tapioca marinata al cappuccio rosso con burrata, arachidi grigliate, pimpinella e rafano - chef Francesco Baldissarutti