

Barbabietole agrodolci al finocchietto

Categoria: Portate - Verdure e Contorni



Informazioni Generali

Preparazione: 10 min	Dosi per: 4 persone
Costo:	Difficoltà: Bassa

Le barbabietole agrodolci al finocchietto selvatico sono una pietanza molto antica e **originaria dell'Alto Adige**, e costituiscono una particolare **contorno dal sapore aromatico**, che si accosta molto bene a dell' **arrostato polpettone**, a del **bollito** o a dei secondi **piatti fritti**, come ad esempio delle **cotolette**.



Ingredienti

>> Aceto di vino bianco 1 cucchiaio	>> Vino rosso 180 ml
>> Barbabietole rosse precotte 400 gr	>> Zucchero semolato 50 gr
>> Finocchietto selvatico semi 1 cucchiaino	

Preparazione



Prendete delle **barbabietole rosse precotte** (le trovate nei supermercati sottovuoto), e con un coltellino dalla lama liscia, levate loro la **buccia esterna**.
Con un **mandolina**, tagliatele a **fettine sottili** direttamente dentro una ciotola.

Aggiungete lo **zucchero**, i **semi di finocchietto selvatico**, l'**aceto di vino bianco** e il **vino rosso**, e mescolate delicatamente fino ad amalgamare bene gli ingredienti.

Lasciate riposare la preparazione coperta e al fresco per un **paio d'ore** prima di servirla, in modo che le **barbabietole** abbiano il tempo di **assorbire il liquido** di condimento.



Consiglio



Le barbabietole agrodolci al finocchietto selvatico, saranno ancora più aromatiche se le preparerete al mattino per gustarle la sera, e se non trovate il finocchietto, potete sostituirlo con del **cumino**.

Curiosita'

Il **finocchietto selvatico**, del quale si utilizzano le **foglie verdi**, i **fiori**, i **semi** e **gli steli**, cresce spontaneo nelle **zone mediterranee**, e fiorisce a luglio/ agosto.

Di questa pianta si utilizzano le varie parti per **cucinare carni grasse** come la porchetta, oppure per aromatizzare **olive sotto sale**, o per gli **arrosti di coniglio**, o ancora per cucinare le **lumache**, o per aromatizzare gli **insaccati**.

Il finocchietto si utilizza anche per preparare **dolci**, **tisane**, **pane**, **liquori ecc.**



