

## Preparazioni preliminari degli ortaggi

Si ricordano brevemente le tecniche di pulitura degli ortaggi e le modalità di cottura per ebollizione.

<p><b>Asparagi</b></p> <p>Tagliare il fondo, pelare la parte dura del gambo, legarli a mazzetti di 8-10.</p> <p>■ Cottura all'inglese (è p. ...).</p>	<p><b>Bieta</b></p> <p>Rifilare il fondo e dividere la costa dalla foglia.</p> <p>■ Cottura: la costa nel bianco (è p. ...) il verde all'inglese (è p. ...).</p>	<p><b>Carciofi</b></p> <p>Togliere le brattee esterne, spuntarli a due terzi e parare il fondo e il gambo. Asportare il fieno se presente.</p> <p>■ Cottura nel bianco (è p. ...).</p>
FOTO	FOTO	FOTO
<p><b>Cardo</b></p> <p>Eliminare le coste esterne, togliere i filamenti con il pelapatate.</p> <p>■ Cottura nel bianco (è p. ...).</p>	<p><b>Cavolfiore</b></p> <p>Eliminare le foglie e suddividerlo in cimette.</p> <p>■ Cottura nel bianco (è p. ...) a pentola scoperta.</p>	<p><b>Cavolo</b></p> <p>Tagliarle la palla in 4, eliminare le foglie appassite e la parte centrale.</p> <p>■ Cottura all'inglese (è p. ...).</p>
FOTO	FOTO	FOTO
<p><b>Champignon</b></p> <p>Tagliare la parte terrosa, eventualmente pelare i funghi, lavarli in acqua acidulata.</p>	<p><b>Fagiolini</b></p> <p>Tagliare le due estremità ed eventualmente eliminare il filo.</p> <p>■ Cottura all'inglese (è p. ...).</p>	<p><b>Finocchio</b></p> <p>Eliminare le foglie esterne e le parti terminali e tagliarlo in 4.</p> <p>■ Cottura nel bianco (è p. ...).</p>
FOTO	FOTO	FOTO

