



Brodo di Pesce

Ingredienti

2 Carcasse di pesce incluso la testa

4 o piu' litri di acqua

2 cucchiaini di aceto di mele

Vegetali

- 1-2 cipolle gialle medie
- 2-4 carote
- 3-4 gambi di sedano
- Alloro
- Timo, rosmarino e salvia fresche

Istruzioni

Sciogliere il pesce in acqua. Togliere la carne dal pesce e conservarla per la cottura . Mettere ossa , pinne, code , la pelle e le teste nel piatto. Aggiungere gli altri ingredienti . Riempire la pentola con acqua. Lasciare la pentola e il suo contenuto a riposare per 30 minuti , dando il tempo all'aceto di mele di estrarre i minerali dalle ossa . Portare ad ebollizione. Ridurre il calore lentamente e cuocere da 1 a 1 ora e mezza .

Aggiungere prezzemolo e sale durante gli ultimi 10 minuti di cottura . Togliere le lisce e le altre grandi parti . Filtrare il brodo .

Brodo di Pollame

Ingredienti

1 pollo o tacchino interi

1 Ginocchio con collagene di agnello

2-4 zampe

1-2 teste

4 or piu' litri di acqua

2 cucchiaini di aceto di mele

Vegetali

- 1-2 cipolle gialle medie
- 2-4 carote
- 3-4 gambi di sedano
- Alloro



- Timo, rosmarino e salvia fresche

Istruzioni

Tagliare il pollo intero a metà e mettere le parti nella pentola. Aggiungere gli altri ingredienti . Riempire pentola con acqua. Lasciare la pentola e il suo contenuto a riposare per 30 minuti , dando il tempo all'aceto di mele di estrarre i minerali dalle ossa . Portare ad ebollizione. Ridurre il calore lentamente e cuocere da 1 ½ a 2 ore.

Aggiungere prezzemolo e sale durante gli ultimi 10 minuti di cottura. Filtrare il brodo.

Brodo di Carne

Ingredienti

2 Kg di midollo e nocche
1.5 Kg di costole o ossa del collo
1 Ginocchio con collagene di agnello
1 zampa, se disponibile e tagliarla in pezzi
4 o piu' litri di acqua
2 cucchiaini di sale marino integrale
12-20 mL di aceto di mele

Vegetali

- 1-2 cipolle gialle medie
- 2-4 carote
- 3-4 gambi di sedano
- Alloro
- Timo, rosmarino e salvia fresche

Istruzioni

Mettere le ossa , la carne e le articolazioni in una pentola capiente . Si possono arrostitire le ossa polpose in una teglia in forno a 175 gradi . Si possono arrostitire le ossa polpose in una teglia fino a che son ben rosolate, per dare ulteriore sapore. Posizionare questi nella pentola . Aggiungere gli altri ingredienti. Lasciare la pentola e il suo contenuto a riposare per 60 minuti , dando il tempo all'aceto di mele di estrarre i minerali dalle ossa . Portare ad ebollizione. Ridurre il calore lentamente e cuocere da 3 a 4 ore.

Aggiungere prezzemolo e sale durante gli ultimi 10 minuti di cottura. Filtrare il brodo.

Ingredienti aggiuntivi da considerare per varietà include aglio, zenzero e scorza di limone , per citarne alcuni . Evitare di aggiungere le verdure amidacee.