

SALARE IL CIBO

L'acqua di mare in cucina si può utilizzare come vero e proprio sale liquido. A modo di esempio vediamo alcune maniere nelle quali può essere impiegata:

Per cuocere pasta o riso si utilizza abitualmente nella proporzione di due a cinque (2 parti di acqua di mare + 5 parti di acqua dolce).

Chi preferisce mangiare più salato potrà aumentare questa proporzione a suo gusto, anche fino a tre a cinque o anche un pò di più.

Si può cucinare con acqua già diluita nelle proporzioni sopra descritte, oppure si può cucinare come al solito con acqua dolce, ma senza aggiungere sale, ed una volta finita la cottura e spento il fuoco si spruzza un pò di acqua di mare pura e si rimescola affinché non rimangano porzioni da salare. La quantità dipenderà dal gusto di ognuno. Al principio si andrà per tentativi fino a raggiungere padronanza delle proporzioni.

Il motivo per il quale si sala alla fine è che si cerca di ridurre al minimo l'effetto del caldo sulla struttura dell'acqua di mare e per questo motivo si evita di sottoporla alla cottura ed al bollore. Ma in qualunque modo la si utilizzi sarà sempre infinitamente meglio del sale da cucina.

Per salare la carne è sufficiente spruzzarla con acqua di mare pura prima della cottura; se durante quest'ultima dovessimo constatare che la carne non è abbastanza saporita, basterà spruzzarne ancora a piacere mentre cuoce.