



Olio cottura, quanto ne sai?

L'olio cottura è una particolare tecnica, che deriverebbe da un'antica usanza culinaria francese. Si cuociono carne, pesce, verdure in abbondante olio extravergine di oliva, in una casseruola messa su una fiamma bassa: l'importante è che la temperatura dell'olio rimanga sempre costante, tra i 40 e gli 80 gradi. L'olio si può aromatizzare. In questo modo, i sapori degli ingredienti e i succhi rimarranno perfettamente intatti dopo la cottura, che ha tempi variabili a seconda degli ingredienti messi.

Per saperne di più leggi l'[articolo](#) su Agrodolce.it