

El truco para hacer calditos de verduras sin químicos y totalmente caseros



¿Quieres hacer un caldo de verduras sin químicos? ¡Éste es el método ideal! Sólo necesitas unos pocos elementos naturales y un poco de tiempo.

El resultado es un caldo intenso y sabroso que puedes utilizar para hacer sopas, guisos, arroces y mucho más.

Además, es una forma eficaz de aprovechar las verduras que tengas en casa y evitar que se desperdicien.

Esto es lo que necesitarás:

Ingredientes

- 3 Zanahorias

- 1 Puerro

- 2 Chirivías (apio de campo)

- 2 raíces de Perejil

- 1 Cebolla

- 2 dientes de Ajo

- 1/2 Grelos

- 1/2 Apio y sus hojas

- 1 Cúrcuma

- Un puñado de Perejil

- Aceite de Girasol c/n

- 80 grs. de Sal

Procedimiento

El procedimiento es muy sencillo. Solo tienes que seguir estos pasos:

1. Limpia las verduras, quítalas la piel y córtalas en trozos pequeños.
2. Calienta un poco de aceite de girasol en una sartén grande y cocina las verduras durante unos 8 minutos, removiendo de vez en cuando.
3. Pon las verduras cocidas en un robot de cocina y tritúralas hasta formar una pasta cremosa.
4. Pon la pasta en un bol grande y añade sal por encima, removiendo hasta que todo se mezcle uniformemente con una espátula o una cuchara.
5. Cubre el cuenco con film transparente y guárdalo en el frigorífico durante toda la noche: así se conservará mejor y mejorará su perfil de sabor.
6. Cuando vayas a utilizarlo, ¡tu caldo de verduras casero sin productos químicos añadidos estará listo!

Mezcla una cucharada de la pasta con un litro de agua caliente, y ajusta la cantidad según el sabor y la fuerza que desees.

Guarda el caldo sobrante en un recipiente hermético en el frigorífico o en el congelador; se mantendrá fresco durante varios días o semanas.

Es muy sencillo hacer tu propio caldo de verduras casero sin ingredientes artificiales. Es una opción más sana, económica y respetuosa con el medio ambiente que aportará un sabor extra a tus platos. ¡Pruébalo