

TALLER DE ENCURTIDOS

Encurtir es un proceso de conservación de alimentos que consiste en someter al producto a una mezcla de diferentes ingredientes, entre los que no puede faltar el vinagre.

En principio, cualquier verdura, hortaliza, hongo o fruta se puede encurtir, aunque son los vegetales de piel más dura y con una pulpa más seca los que mejor resisten la fermentación en vinagre.

Los encurtidos clásicos son de pepino -los clásicos pepinillos-, zanahoria, cebollas y cebollitas, guindillas y chiles, pero también pueden encurtirse dientes de ajo, calabacín, coliflor, repollo y otras coles, alcaparras, remolacha, nabos o rábanos.

El vinagre es un ácido que tiene la capacidad de transformar los alimentos crudos. Se suelen añadir otros ingredientes a la mezcla para facilitar la fermentación, potenciar la conservación y obtener sabores y aromas diferentes.

Es habitual incorporar azúcar y un poco de sal, además de especias secas como granos de pimienta o mostaza, hojas de laurel o clavos de olor. En cuanto al tipo de vinagre, sirve cualquier variedad siempre y cuando sea de calidad.

Se pueden encurtir vegetales enteros, pero para acelerar el proceso y conseguir una textura más homogénea, es aconsejable cortar los ingredientes en rodajas o tiras finas. Las verduras se colocan en un tarro de vidrio, el vinagre se mezcla aparte con el resto de ingredientes, para echarlo después sobre los vegetales cubriéndolos por completo.

En el encurtido rápido se emplea, como base, una salmuera al 50% de vinagre y agua, pudiendo aumentar o reducir la proporción de vinagre al gusto.

Esta es una receta que nosotros realizamos con pepinos, piparras y tomates verdes encurtidos cosechados en nuestro huerto (en el caso de los tomates verdes una manera de aprovechar esos tomates que aunque están hermosos llega el final de temporada y no han madurado y por las condiciones climatológicas ya no van a madurar):

Ingredientes:

- 500 g de tomates verde, pepinos o piparras en buen estado.
- 500 ml de agua (o bien 200 gr de agua y 300 gr de hielo si tenemos poco tiempo para realizar el taller).



- 500 ml de vinagre de manzana o de vino blanco
- 3 hojas de laurel
- 3 Dientes de ajo (opcional)
- 40 g de azúcar (unas tres cucharadas)
- 35 g de sal
- 2 cucharaditas de semillas de mostaza (opcional)
- 2 cucharaditas de pimienta negra en grano
- 1 guindilla fresca o seca (opcional)

No olvidar otros utensilios imprescindibles para hacer el taller:

- Tablas para cortar.
- Cuchillos.
- Una báscula.
- Frascos de vidrio con cierre hermético y la boca lo suficientemente ancha como para poder introducir los trozos de verdura.
- Punto de agua cercano para lavar lo que echemos en el aceite.
- Papel de cocina para secar lo que hayamos lavado.
- Una olla o cazuela grande.
- Jarras para poder echar el preparado en los frascos con más facilidad.
- Un punto para cocinar.
- Lavavajillas para lavar todo después de que lo hayamos utilizado.



Tiempo estimado: 90 minutos (incluye lavar y recoger entre todos los participantes)

Paso a paso:

Lavar bien las verduras, secarlas, cortarlas teniendo en cuenta que los trozos no sean demasiado grandes para que puedan encajar mejor en el frasco y tengan el tamaño ideal para consumirlas después de un bocado sin tener que trocearlas.

Llenamos el frasco con ellas, dejando 1,5 cm de espacio vacío arriba.

En una olla amplia, mezclamos el vinagre, el agua, la sal, el azúcar, las especias y los ajos machacados. Llevar a ebullición, removiendo hasta que el azúcar y la sal se disuelvan. Retirar del fuego y echar el hielo y dejamos enfriar. Si tenemos poco tiempo y queremos echar el líquido en los frascos pues podemos sustituir alrededor de la mitad de agua por hielo e incorporarlo al final, removiendo hasta que se derrita por completo con lo cual la mezcla ya se habrá enfriado (o templado al menos).

Llenar con cuidado los frascos hasta arriba, procurando que se ocupe todo el espacio entre los vegetales para que queden completamente cubiertos. Cerrar bien y agitar un poco para que se distribuya el contenido de manera más homogénea.

Al mantenerse el ph del líquido por debajo de 4,5, se alarga la conservación durante varias semanas, aunque es preferible conservarlos en la nevera.