

SALMORIGLIO 2

Ingredienti per 4 persone:

- 2 limoni
- 2 spicchi di aglio
- 1 mazzo prezzemolo
- 1/2 cucchiaino di origano fresco
- 1 bicchiere di olio d'oliva extra-vergine
- acqua

Una salsa tipica Sicula è il Salmoriglio, a base di prezzemolo.

Puliti i limoni si spremono filtrando il succo per eliminare semi e filamenti.

Lavare e tritare fine il prezzemolo, sbucciare e schiacciare l'aglio.

In una terrina si versa l'olio e si incorpora lentamente 1 bicchiere d'acqua tiepida, poi sempre a filo si incorpora il succo di limone.

Quando l'emulsione sarà omogenea si uniscono prezzemolo, origano ed aglio.

Si versa il tutto in un tegamino e si fa cuocere a fuoco bassissimo per alcuni minuti (5 o 6) sempre mescolando.

Con questa splendida salsa accompagnate grigliate di carne o di pesce...

Piccola nota: Il limone viene usato per molteplici proprietà curative che lo fanno preferire all'aceto.

I limoni sono veramente un toccasana per la nostra salute...

Antisettico, battericida, diuretico, stimola fegato e pancreas, ostacola la formazione di calcoli ed è adatto in casi di obesità ed ipertensione...

L'origano ha potere sedativo (non eccedete), mentre il prezzemolo ha potere antianemico.