

Le 10 regole per la grigliata perfetta

Pubblicato: Sabato 27 Aprile 2019



Per avere un ottimo risultato dalla cottura con il barbecue la regola di base è quella di ricorrere a materie prime di qualità, molto meglio se Made in Italy, che garantiscono freschezza e genuinità. È da qui che si deve partire secondo Coldiretti per fare una grigliata perfetta. È poi possibile risparmiare fino al 50% con l'acquisto di tagli alternativi meno conosciuti e più economici, senza rinunciare alla qualità. I tagli di carni bovine italiane sono ideali per essere cotti alla griglia, ma si prestano bene anche le braciole e le salsicce di suino italiano. Un po' di pazienza in più occorre per cuocere il pollo alla brace. Anche la carne di coniglio dà ottime performance.

Posizionare il barbecue lontano da luoghi a rischio incendio e su un piano d'appoggio stabile sono le prime operazioni necessarie per poter lavorare in sicurezza. Anche la strumentazione deve essere adeguata: non possono mancare graticola, pinze, pennello e guanti. Fondamentale è che il barbecue non sia mai lasciato incustodito, soprattutto in presenza di bambini che vanno tenuti a debita distanza. Per realizzare una buona brace – spiega la Coldiretti – è consigliabile impiegare della carbonella di qualità. Il legno può trasmettere dei profumi al cibo, ma anche rovinarne i sapori se troppo ricco di resina.

La cottura delle pietanze deve essere avviata soltanto quando le fiamme sono sparite: l'ideale – precisa la Coldiretti – è la carbonella ardente coperta da cenere spenta. E' buona norma non rigirare continuamente le pietanze sulla griglia, evitando di bucare la carne per vedere se è pronta. Dopo la cottura – informa la Coldiretti – i cibi vanno sistemati su un tagliere di legno con bordi scanalati e fatti riposare qualche secondo prima del taglio. A conclusione della grigliata bisogna spegnere la carbonella per scongiurare il rischio che qualche scintilla possa innescare un incendio.

Scegliere una posizione adatta facendo attenzione a non danneggiare le aree protette o quelle coltivate, usare piatti e bicchieri biodegradabili evitando la plastica e non lasciare avanzi sul posto, fanno parte infine – conclude la Coldiretti – del bon ton del picnic perfetto che tutti dovrebbero seguire.

IL VADEMECUM COLDIRETTI PER UNA BUONA GRIGLIATA

1. Piano d'appoggio del barbecue stabile, sicuro e non esposto al vento;
2. Attrezzatura adeguata (graticola, pinze, pennello e guanti) a portata di mano;
3. Controllare sempre il barbecue per salvaguardare i presenti (in particolare bambini) ed evitare incendi;
4. Impiegare carbonella di qualità, evitando il legno troppo ricco di resina;
5. Cuocere i cibi alla temperatura giusta, evitando il contatto con le fiamme;
6. Non rigirare continuamente gli alimenti e non bucare la carne;
7. Cucinare le verdure con il calore residuo dopo la cottura della carne;
8. Far riposare per qualche secondo i cibi cotti su un tagliere di legno scanalato;
9. Dopo l'uso spegnere accuratamente la carbonella per evitare il rischio di incendi;
10. Pulire a fondo la griglia con una spazzola di metallo e non lasciare avanzi sul posto

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it