

Fresco Aroma



CERFOGLIO

(Anthriscus cerefolium)



DESCRIZIONE



Coltivazione

Il Cerfoglio può essere coltivato sia in vaso che in piena terra. Teme i ristagni d'acqua e quindi preferisce un terreno ben drenato. Annaffiare al bisogno.



Raccolta e conservazione

Per ottenere un aroma più forte, bisogna raccogliere le foglie del Cerfoglio prima della fioritura. Con l'essiccazione e surgelazione le foglie perdono l'aroma.



Uso in cucina

Può essere aggiunto solo a fine cottura, altrimenti si perdono le sue proprietà. Da gusto a minestre, zuppe, carni bianche e uova. Si accompagna anche a legumi come piselli, fave e fagioli.