

La mejor manera de cocinar verduras para que mantengan su color verde

Artí, Italia preguntó: ¿Cuál es la mejor manera de cocinar verduras de hoja verde para que mantengan su color brillante y no se vuelvan de un color marrón apagado? ¿Depende del tipo de verduras, tengo que agregar sal al agua o debe el agua estar hirviendo o solo caliente?

La sabiduría convencional dice que salamos el agua para evitar la decoloración y "fijar" el color, pero Heston Blumenthal, después de numerosos experimentos controlados, dice que está más relacionado con la calidad del agua en sí misma. Sin embargo, la sal sí hace algo, aumenta la temperatura de ebullición del agua, lo cual es especialmente útil si está cocinando judías verdes, por ejemplo, porque si la temperatura baja demasiado, esto activa una enzima que destruye la clorofila y, por lo tanto, el color. La sal también ayuda a realzar el sabor de las verduras.

La forma más práctica de asegurarse de que la temperatura del agua no descienda demasiado cuando se agreguen las verduras es no sobrecargar la olla, así que, siempre que sea posible, cocine sus verduras en lotes (o en una olla muy grande), lo que hará que el agua vuelva a hervir lo más rápido posible. Otra teoría común para mantener el color verde vibrante de las verduras es no cubrir la olla, pero de hecho, la tapa ayuda a que el agua vuelva a hervir más rápido, lo que ayuda a retener ese "verde-ness".

Todo el mundo está de acuerdo en que las verduras no deben cocinarse durante mucho tiempo, aunque también hay algo que se puede decir por la ternura suave de una verdura verde bien cocida, especialmente si se sirve con hierbas picadas frescas, aceite de oliva, jugo de limón y, quizás, un poco de semillas de granada y/o frutos secos tostados.

Edward Dwight: o primeiro astronauta negro viaja ao espaço pela Blue Origin

Edward Dwight, um ex-capitão da Força Aérea dos EUA, finalmente irá ao espaço. Ele será um dos seis passageiros que viajarão para além da órbita da Terra no mais recente voo da Blue Origin, a empresa espacial fundada por Jeff Bezos.

Na década de 1960, Dwight participou do programa de treinamento de astronautas da Força Aérea na Base Aérea de Edwards, sob o comando de Chuck Yeager. Apesar de suas habilidades e conquistas, Dwight nunca foi selecionado para ir ao espaço. Após deixar a Força Aérea, teve sucesso **zebet ug** outros empreendimentos e se tornou um escultor proeminente, conhecido por seus retratos de figuras importantes da história negra.

As emoções de Edward Dwight antes do voo

Quando questionado sobre suas emoções antes do voo, Dwight respondeu: "É uma conclusão de uma longa vida de eventos. Tudo o que fiz foi uma batalha íngreme: entrar na força militar e se tornar um piloto da Força Aérea, ser escolhido pelo presidente dos EUA para ser o primeiro astronauta negro, e superar muitos obstáculos nos anos **zebet ug** que participei do programa."

Quando perguntado sobre seus sentimentos atuais, Dwight disse: "Não estou zangado nem sei; nenhuma das coisas passa por minha mente. Quando se fica zangado, o cérebro para de funcionar. Sempre tentei compreender o ponto de vista das pessoas e não permitir que minha raça ou minha altura fossem impedimentos."

O preconceito e os obstáculos enfrentados por Edward Dwight

Dwight também se abriu sobre o preconceito que sofreu, particularmente pelas mãos de seu comandante, Chuck Yeager: "Chuck Yeager foi ensinado como criança que as pessoas negras eram ignorantes e estúpidas e não podiam fazer nada. Nós tivemos conversas a respeito, então não tinha raiva dele." Apesar do preconceito que enfrentou, Dwight sempre procurou superar os desafios, demonstrando suas habilidades e desempenho excepcional.

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: zebet ug

Palavras-chave: **zebet ug - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-11-10