

Caldo de cascas e ossos



Ingredientes

- 1 kg de ossos de boi ou de porco, ou cabeça, pescoço e carcaças de frango, ou cabeça e coluna vertebral de peixe (tudo depende do seu gosto)
- 4 litros de água
- 2 colheres de azeite
- 1 cebola inteira picada
- 3 dentes de alho picados
- 2 folhas de louro
- cheiro verde a gosto
- cascas de várias cebolas e de vários dentes de alho
- cascas de vários legumes (cenoura, batata, chuchu, etc)
- talos de diversas verduras (couve, brócolis, acelga, repolho, etc)

Modo de fazer

Leve ao fogo um caldeirão grande, adicione o azeite, a cebola picada e o alho picado e deixe ambos fritarem um pouco. Coloque o(s) osso(s), adicione as cascas, talos e demais temperos. cubra com a água fria, tampe e espere abrir fervura.

Abaixe o fogo de deixe cozinhar por umas duas horas, em fogo bem baixo, mexendo de vez em quando e retirando e descartando a espuma que vai se formando na superfície.

Deixe o caldo de cascas e ossos esfriar com o caldeirão tampado. Depois de frio, coe o caldo e divida em várias embalagens para congelar. Você também pode colocá-lo diretamente em bandejas para gelo e ir usando os cubos gelados de caldo à medida que for preciso.