



*Il Piemonte mette sotto vetro prodotti di acqua e di terra, senza distinzioni: dalla trota salmonata ai funghi, dalla tinca gobba dorata di Poirino Dop a castagne essiccate e asparagi, composta di marroni e marron glacé, carline e cotognata, mostarda di mele e mostarda d'uva, asparagi di monte sottoli e peperoni sottaceto, confettura di sambuco o confettura d'albicocche e cipolle, conserva di petali di rosa canina. Ma il re della tradizione piemontese è il sottolio.*

### ***Una delle tradizioni più amate: i sottoli***

*I metodi artigianali più diffusi prevedono la cottura in aceto e l'imbottigliamento in olio extravergine d'oliva, per regalare a bruschette e crostini il meritato condimento di gusto. La tecnica di conservazione in olio d'oliva è una delle più antiche: i romani conoscevano già molte delle proprietà del prodotto, fra cui la sua capacità di conservare egregiamente gli alimenti. In questo modo, gli ingredienti vengono isolati dal contatto con l'aria e si annulla la proliferazione di batteri aerobi, ovvero quelli che si sviluppano in presenza di ossigeno. Attenzione però al botulino: è un batterio anaerobio che l'olio infatti non ha proprietà per in grado di contrastare, è necessario essere rigorosi nella procedura (le istruzioni da seguire si trovano sul sito del ministero della Salute ([http://www.salute.gov.it/imgs/C\\_17\\_pubblicazioni\\_2176\\_allegato.pdf](http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_2176_allegato.pdf))).*

*Quali sono gli alimenti più conservati sottoli nella tradizione piemontese? Funghi, naturalmente, ma anche asparagi di monte, peperoni, carciofi, melanzane e la famosa giardiniera piemontese che si trova nelle due versioni sottolio e sottaceto.*