



## Sapone e sostenibilità: guida al recupero dei grassi animali

Il grasso animale, tanto demonizzato negli anni passati, sta recuperando terreno anche nella considerazione di tanti medici. Gli studi più recenti dimostrano che i tanto sbandierati pericoli per la circolazione e la funzionalità cardiaca non spariscono semplicemente eliminando i grassi animali dalla nostra dieta – e anzi, mantenere una sana varietà nella nostra alimentazione non può che portare giovamento.

In parallelo, fintanto che la popolazione mondiale continua a consumare carni d'allevamento, trovare altri modi per recuperarne il grasso contribuisce a ridurre il volume degli scarti. Davvero, non esistono motivi validi per condannare l'uso dei grassi animali nel sapone: persino gli animalisti non potranno negare che utilizzare al meglio tutte le parti delle vittime, senza "buttar via" niente, è il modo migliore per onorare il loro sacrificio. Tra l'altro, nei saponi industriali i grassi animali vengono recuperati al meglio, grazie a tecniche di depurazione e deodoramento molto superiori a quanto si possa fare in casa.

Per noi saponai casalinghi, i grassi animali possono essere un buon riempitivo per tutti i tipi di sapone (solido).

Ottenere gratis del grasso animale non è difficile. Anche se non avete conoscenti che macellano, qualunque macellaio vi potrà procurare del grasso pulito.

Dai bovini, il grasso migliore da sciogliere per far sapone è quello che avvolge il rene (rognone), detto *sugna*.

Il grasso di maiale più pregiato si ricava dalla schiena e dalla pancia, nello strato di grasso che sta tra la pelle e il muscolo, ma vanno benissimo tutte le parti grasse scartate durante la macellazione.

Una volta procurata la materia prima, potrete nettervi all'opera.

## Attrezzature necessarie

- una grande pentola di alluminio o di acciaio inossidabile, oppure (e meglio ancora) uno slow cooker o una pentola elettrica
- due ciotole capienti di acciaio inossidabile, una più grande dell'altra, o altre pentole
- un colino di rete metallica
- del tessuto di cotone a trama larga, tipo garza
- un mestolo di alluminio o di acciaio inossidabile
- un imbuto di alluminio o di acciaio inossidabile
- vasetti di vetro con chiusura ermetica

## Ingredienti

Per ogni chilo di grasso animale da sciogliere:

- un rametto di rosmarino
- 5 bacche di ginepro
- 5 foglie di alloro
- 3 chiodi di garofano
- un pugno di sale grosso
- 2 cucchiaini di aceto bianco
- mezzo litro d'acqua

## Procedimento

Pestate grossolanamente gli odori nel mortaio e metteteli in un sacchetto di tela o in un infusore di rete metallica.

Tagliate a dadini il grasso e raccoglietelo nella pentola, insieme al sale, all'acqua e al sacchetto con gli odori.

Mettete sul fuoco, coprite col coperchio e fate andare a fuoco lento, rimescolando ogni tanto, finché il grasso sarà liquefatto. Non aspettatevi che si riduca tutto in liquido, ma lasciate andare fino a quando sia sostanzialmente tutto sciolto.

Abbassate ulteriormente la fiamma e lasciate andare, senza mescolare, per almeno altri 20 minuti. Spegnete la fiamma e lasciate riposare, senza mescolare, intanto che vi preparate per il passo successivo.

Preparate la ciotola dove raccoglierete il grasso sciolto: appoggiateci sopra il colino di rete metallica e mettetela vicino alla pentola dove avete il grasso sciolto.

Col mestolo, prelevate il liquido e versatelo nella ciotola attraverso il colino, cercando di non prelevare l'acqua, che rimane sul fondo.

Svuotate periodicamente il colino delle parti grasse solide: se sono di grasso di maiale, potrete recuperarle come grasso da cucina per insaporire zuppe e minestre.

Quando nella pentola sarà rimasta più acqua che grasso, filtrate tutto in una ciotola vuota e mettetela in frigorifero.

Trasferite il grasso sciolto in vasetti di vetro, prelevandolo col mestolo in modo da lasciare sul fondo l'acqua eventualmente rimasta.

Versate il fondo nella ciotola con la mistura di acqua e grasso, che rimetterete in frigorifero. Il grasso affiorerà in superficie e lo troverete solidificato, pronto da mettere sotto vetro, dopo circa 24 ore.

Lo strutto (grasso di maiale) e il sego (grasso di bue) si conservano in frigorifero, in contenitori chiusi, per almeno 12 mesi.

