

## **SEGO PERCHÉ È TORNATO DI MODA**

### **SEGO BOVINO: TUTTO QUELLO CHE DEVI SAPERE**

Il sego bovino sta tornando alla ribalta in cucina e per la cura della pelle. Ma cos'è esattamente il sego bovino e perché dovresti usarlo?

Il sego bovino si ottiene sciogliendo a bassa temperatura il grasso dei bovini, solitamente si utilizza il grasso che circonda i reni. Il sego diventa è un grasso cremoso, stabile, con un sapore deciso e una varietà di utilizzi oltre la cucina.

### **PERCHÉ IL SEGO STA TORNANDO DI MODA?**

#### **Grasso da cucina stabile**

Punto di fumo elevato: con un punto di fumo di 230°C è perfetto per friggere, arrostiti e rosolare.

Sapore ricco: aggiunge una profondità ai piatti che altri grassi da cucina non possono replicare.

#### **Benefici nutrizionali**

Ha un ottimo rapporto omega 3 / omega 6.

Contiene vitamine liposolubili A, D, E e K) che supportano la salute e l'immunità.

#### **Biologicamente appropriato e sostenibile**

Il genere umano consuma grasso di ruminanti da milioni di anni. Ci siamo evoluti consumando grassi di ruminanti, quindi il sego è appropriato alla nostra biologia, frutto di milioni di anni di evoluzione.

Utilizza una parte dell'animale che oggi ha poco valore e potrebbe essere scartata.

### **COME SI PRODUCE IL SEGO?**

Tagliare il grasso in piccoli pezzi, rimuovendo eventuali residui di carne o tessuto connettivo.

Mettere i pezzi di grasso in una padella e cuocere a fuoco basso fino a quando il grasso si scioglie completamente (ci vuole parecchio tempo, anche 4 ore...).

Una volta che il grasso si è sciolto, filtrarlo e conservarlo in un barattolo.

Nel colino resteranno dei pezzettini croccanti di grasso, sono buonissimi (attenzione a non farli bruciare)

### **PRINCIPALI UTILIZZI DEL SEGO**

#### **In cucina**

Frittura: per patatine fritte croccanti, pollo o tempura.

Arrosto: per carne e verdure super saporite

Cottura al forno: sostituisce il burro o allo strutto in prodotti da forno salati

#### **Cura del corpo**

Per idratare corpo e viso

Per nutrire i capelli

Per fare saponi idratanti, naturali e biodegradabili

#### **In casa**

Per nutrire il cuoio e lucidare per il legno.

Per realizzare candele non tossiche

Scopri altri utilizzi leggendo le domande frequenti nella pagina [prodotto](#)