

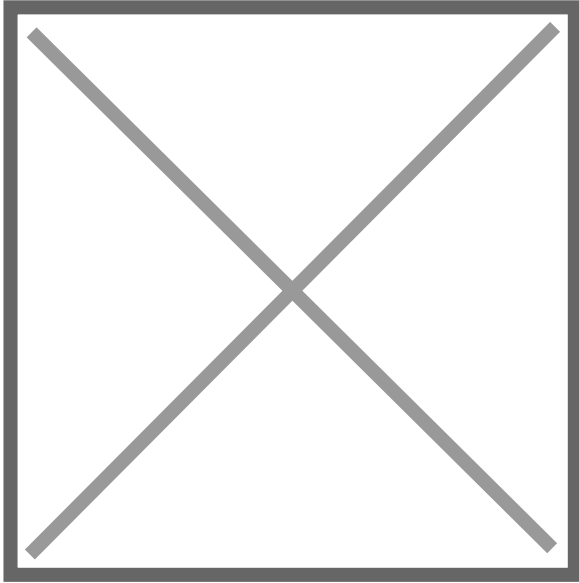
## Come recuperare un piatto troppo piccante? Ecco trucchi e consigli

**Autore:** Francesca Scarabelli

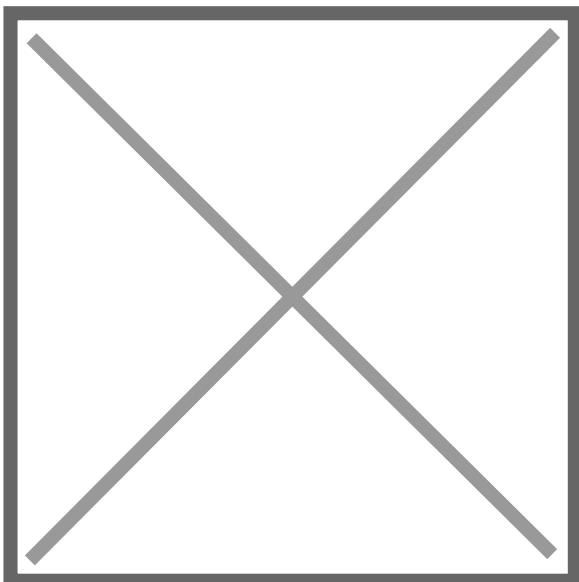
**Data:** 09 Febbraio 2021



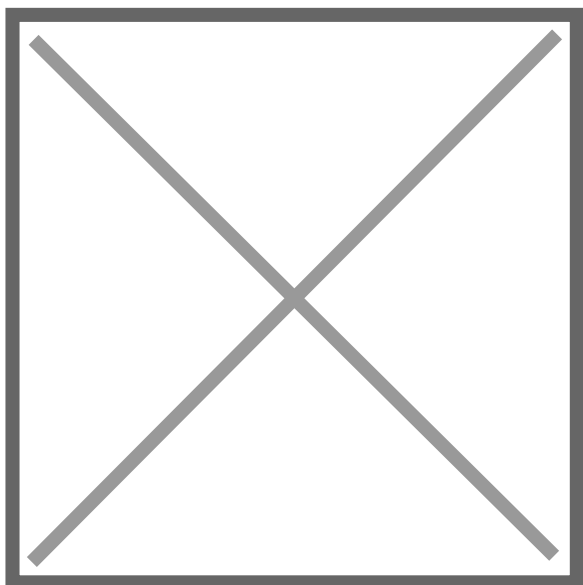
Quando mangiamo qualcosa di piccante, la prima cosa che ci viene naturale fare è bere molta acqua o bibite varie. Tuttavia questo rimedio fai da te non aiuta, anzi, può peggiorare la situazione. Stesso discorso vale anche quando si prepara un **piatto che risulta troppo piccante all'assaggio**: aggiungere acqua per diluire una salsa o una zuppa troppo speziata può risultare una soluzione alquanto inefficace. Ad esempio, anche per la **salsa al curry**, si consiglia di diluirla un po' di latte di cocco anziché con l'acqua.



Ma allora quali sono gli altri **trucchi e consigli per rimediare al piccante**? Se il cibo che avete preparato risulta troppo “forte”, per stemperare il piccante potete aggiungere alla pietanza gli stessi ingredienti che avete utilizzato per preparare la ricetta, come ad esempio, brodo, sugo, carne e verdure oppure aggiungere altri cibi per stemperare la spezia piccante. Ad esempio, nel caso del **curry**, un pugno di riso o verdure aiuta a renderlo meno piccante. Piuttosto che alterare la ricetta, si può dunque **servire il cibo piccante accompagnandolo con riso**, pane o con un contorno di patate.



Anche i latticini come latte, yogurt o panna acida possono aiutare a **stemperare piatti troppo piccanti**. Altri alimenti grassi efficaci sono poi l'olio e il burro. Se il piatto lo consente, per **togliere il piccante ad una pietanza** provate ad aggiungere il **succo di limone o di lime**, che si sposa bene con tantissimi cibi, specie con il pesce. Possono essere d'aiuto anche il pomodoro oppure un po' di aceto, ma anche frutta o semi a guscio come noci, mandorle, arachidi, semi di zucca possono essere usati per **recuperare piatti troppo piccanti**.



Ancora, per **correggere un piatto piccante** potete ricorrere ad un cucchiaino di zucchero o un po' di miele, aggiungendone una piccolissima quantità e assaggiando di volta in volta la pietanza. Un cucchiaino di zucchero bianco è il rimedio più efficace per **rimediare ad una salsa di pomodoro troppo piccante**, mentre il miele è ottimo per piatti piccanti preparati con la carne.

E' bene però ricordarsi di aggiungere una piccola quantità di piccante alla volta, assaggiando il cibo man mano che lo si prepara. Ricordate che il piccante è come il sale e quindi bisogna aggiungendolo gradualmente, correggendo eventualmente verso fine cottura. Infine, un altro **trucco per rendere il peperoncino meno piccante** è quello di togliere i semi al suo interno.

**Leggi anche:**

[I peperoncini più piccanti del mondo e le loro proprietà](#)

[I 5 usi alternativi del peperoncino che forse non conosci](#)



Generato il 08/05/2026