

MARMELLATE E CONSERVE

## Carote deliziose

---

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: bassa    COSTO: molto basso    REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile

---



### INGREDIENTI

Carote fresche  
sale grosso  
olio extra vergine di oliva  
aceto  
vino bianco.

### PREPARAZIONE

- 1 Tagliare le carote a julienne e disporle in uno scolapasta, dove alternare uno strato di carote e un bel pugno di sale grosso.



- 2** Una volta terminati i vari strati appoggiare alla fine un piattino con un peso sopra di circa 1 Kg.



- 3** Dopo circa 4/5 ore prendere una grossa pentola e versarci una quantità di aceto pari a 1 lt e in proporzione metà quantità di vino bianco per esempio 1/2 lt. Portare a bollore e

versarci dentro le carote. Appena riprende il bollore far passare 4 minuti e scolare. Lasciar raffreddare schiacciarle nello schiacciapatate, come di solito si fa per le melanzane.



- 4 Mettere le carote in una bella ciotola e condirle con pepe e aglio a pezzettini. Versare le carote nei barattoli coprendo con olio extra vergine di oliva. Si possono mangiare già dopo una settimana.

