

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Carote prezzemolate

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 20 min COSTO:

molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



INGREDIENTI

CAROTE 600 gr
PREZZEMOLO 1 mazzetto
SPICCHIO DI AGLIO 2
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)
ACETO DI VINO BIANCO
SALE
PEPE NERO

Le carote prezzemolate costituiscono un ottimo contorno da accompagnare a secondi piatti sia di carne che di pesce.

Colorate, gustose e fresche, in più velocissime da preparare, vi salveranno in moltissime occasioni.

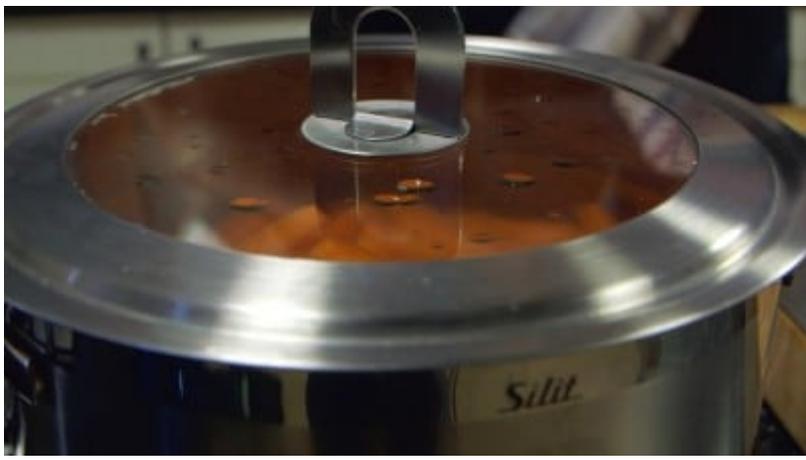
PREPARAZIONE

1 Spuntate, pelate e tagliate le carote a bastoncini.



- 2 Portate a bollore una pentola colma d'acqua, quindi salatela e tuffatevi le carote che dovranno lessare per circa 15 minuti a pentola coperta.





3 Trasferite le carote lesse in acqua ghiacciata per bloccarne la cottura.



4 Tritate il prezzemolo e l'aglio. Scolate e asciugate molto bene le carote aiutandovi con un canovaccio o della carta assorbente.





- 5 Trasferite le carote in una ciotola e conditele con olio extravergine d'oliva, aceto di vino bianco, il prezzemolo tritato e l'aglio anch'esso tritato finemente.





6 Mescolate bene e servite aggiungendo un pizzico di sale.

