

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Carote sottaceto Alu

LUOGO: Asia / Pakistan

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



INGREDIENTI

- 3 carote medie sbucciate
- 1 cavolfiore medio senza gambo e foglie
- ½ tazza di sale
- ¾ tazza di peperoncino rosso in polvere
- 1 cucchiaino di curcuma
- 1 tazza d'aceto
- 1 tazza di jaggery (zucchero grezzo indiano)

PREPARAZIONE

1 Tagliate le carote per il lungo in quarti e tagliate ciascun bastoncino di carota in pezzetti da 3cm e mettete da parte.

Separate i fiori del cavolfiore, tagliando i più grandi in due, le dimensioni dovrebbero essere simili ai pezzi di carota.

Aggiungete il peperoncino, il sale e la curcuma e amalgamate bene il tutto. Trasferite questo composto in una ciotola pulita e asciutta e mettetela al sole per 4 giorni.

Scaldate l'aceto, aggiungete lo zucchero e mescolate, scaldate nuovamente fino a quando

l'aceto torni ad essere molto caldo e lo zucchero si sia sciolto. Fate raffreddare a temperatura ambiente quindi miscelatelo alle verdure lasciate sotto il sole. Trasferite il composto in un vasetto per sottaceti pulito e asciutto e chiudete ermeticamente.

Marinate per 5-6 giorni in un posto caldo e buio, quindi mescolate bene ogni tanto con un cucchiaio. Servite queste carote con chapatis (pane), riso o da soli.