

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

## Carote deliziose sott'olio

di: *Cookaround*

LUOGO: **Europa / Italia**

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



Carote deliziose sott'olio

### INGREDIENTI

CAROTE 6  
SALE GROSSO  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)  
ACETO DI VINO BIANCO 1 l  
VINO BIANCO 500 ml  
SPICCHI DI AGLIO 3  
PEPE NERO IN GRANI

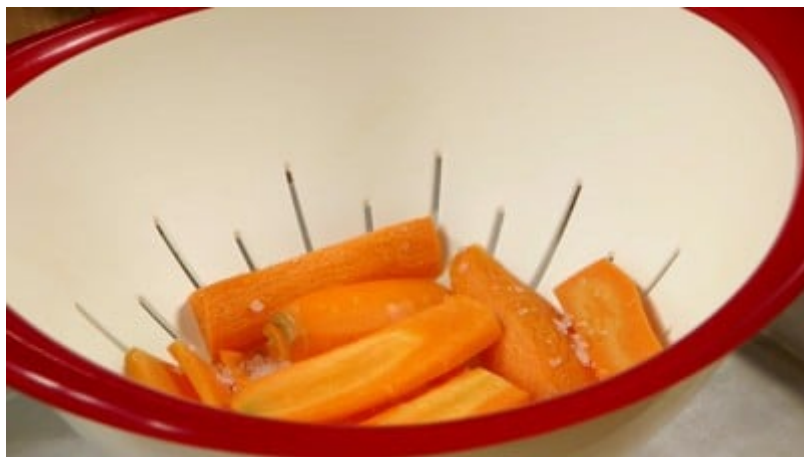
### PREPARAZIONE

- 1 Per preparare le carote deliziose sott'olio, procuratevi delle carote di medie dimensioni, spuntatele e pelatele. Dividetele da prima a metà. Ogni metà dividetela a metà nel senso della lunghezza e da ogni pezzo di carota ricavate delle fette regolari, in maniera tale che la cottura risulti omogenea.



2 Munitevi di un colapasta e disponete a strati le fette di carote al suo interno, cospargendo

ciascuno strato di carote con una spolverata di sale grosso.





**3** Una volta che avrete terminato i vari strati di carote, sull'ultimo strato appoggiate un peso di circa 1 kg e lasciate riposare il tutto per circa 4-5 ore.





- 4 Trascorso il tempo indicato, versate all'interno di una casseruola l'aceto di vino bianco e il vino bianco e portate e lasciate scaldare. Tuffate le carote all'interno della casseruola, coprite e lasciate cuocere fino a quando le carote saranno diventate morbide.





**5** Quando le carote avranno raggiunto il grado di cottura desiderato, scolatele dal liquido di cottura e raccoglietele all'interno di una scodella. Lasciatele intiepidire per qualche istante, quindi schiacciatele con uno schiacciapatate.



**6** A questo punto preparate il condimento delle carote: tritate abbastanza finemente, gli spicchi d'aglio. Condite le carote con il trito di aglio e il pepe in grani e mescolate bene il tutto, in maniera tale da fare insaporire bene le carote.



**7** Procuratevi dei barattoli, possibilmente con chiusura ermetica e riempiteli con le carote schiacciate condite. Versate all'interno dei barattoli, ricoprendo completamente le carote, dell'olio extravergine d'oliva.

Chiudete i barattoli e lasciate riposare e insaporire le carote per minimo una settimana prima di consumarle.

