

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Halwa di Carote

LUOGO: *Asia / India*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *bassa* PREPARAZIONE: *30 min* COTTURA: *45 min* COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *difficile*



INGREDIENTI

- 500 gr carote
- 500 ml latte
- 450 gr zucchero
- 2 cucchiari pistacchi freschi
- 2 cucchiari uvetta zibibbo
- 5 cardamomo verde
- 1 cucchiaio ghee

PREPARAZIONE



2 Mondate e tritate le carote.



3 Mettete il latte in un tegame e fate cuocere per 30 minuti a fuoco basso fino a ridurlo di quasi la metà.

Aggiungete al latte le carote tritate e lo zucchero e mettete tutto in una casseruola.



4 Aprite le bacche di cardamomo.



5 Aggiungete al composto le bacche aperte.



6 Cuocete a fuoco basso fino a quando le carote avranno assorbito tutta la parte liquida avendo cura di mescolare spesso.

Fate rinvenire l'uvetta nel vino.



7 Strizzatele e aggiungetele nella casseruola.



8 Aggiungete il ghee e fate rapprendere a fuoco basso.



9 Tritate i pistacchi lasciandone da parte qualcuno per decorare.



10 Servite in tazze piccole tiepido o freddo.



11 Per preparare a casa il ghee fate sciogliere un panetto di burro da 250 gr in un tegame fino a quando si separerà in due componenti, una trasparente ed una bianca.

Con l'aiuto di una schiumarola eliminate la parte bianca e fate raffreddare la parte trasparente.

Questa parte priva dei grassi polinsaturi prende il nome di Ghee.