

Carote glassate

Ingredienti

800 g di carote

50 g di burro

1 cucchiaino di zucchero

Acqua o brodo qb

Sale e pepe qb

Preparazione



1. Mondare e torrire le carote dando loro una bella forma o tagliarli a rondelle dallo spessore di una moneta.



2. In un tegame dal fondo spesso fare rosolare le verdure con poco burro ed un pizzico di sale.



3. Aggiungere poco brodo o acqua calda ed un po' di zucchero o miele e portare a cottura a fuoco dolce e a recipiente coperto.
4. Di tanto in tanto scuotere il tegame, aggiungendo se necessario, ancora acqua o brodo caldo.
5. A cottura ultimata gli ortaggi dovranno risultare teneri, lucidi e glassati, cioè con il fondo di cottura ridotto allo stato di un leggero sciroppo.
6. Aggiungere il pepe e a piacere poco prezzemolo tritato, e servire.



Consigli e curiosità

- a) Le carote possono subire una sbianchitura, che ne riduce i tempi di cottura.

b) La glassatura accentua il sapore delle verdure e le rende più brillanti.

Ricetta preparata e verificata da Sonia Palermo e Angelo Solillo