

31 Ιανουαρίου 2020

Συνταγή για φρέσκο αρακά με καρότα!

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#) / [Γαστρονομία](#)



Αρακάς

κοκκινιστός με καροτάκια και πατάτες στην κατσαρόλα! Δοκιμάστε την συνταγή!

ΥΛΙΚΑ

1 κιλό αρακά κατεψυγμένο ή φρέσκο όταν είναι η εποχή του

1 μέτριο κρεμμύδι ξερό
2 κρεμμυδάκια φρέσκα
2 καρότα μέτρια
3 πατάτες μέτριες
1 ματσάκι άνηθο
3 φρέσκιες ντομάτες (περασμένες στο μουλτι) ή χυμό ντομάτας
μια πρέζα ζάχαρη
λάδι, αλάτι, πιπέρι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Εάν έχουμε κατεψυγμένο αρακά, πρώτα απ' όλα τον ξεπαγώνουμε και τον ξεπλένουμε καλά. Έπειτα ψιλοκόβουμε τα κρεμμύδια (φρέσκα και ξερά) και τα καρότα. Καθαρίζουμε και κόβουμε στα τέσσερα τις πατάτες Βάζουμε στην κατσαρόλα το λάδι και ρίχνουμε μέσα τα κρεμμύδια, τις πατάτες και τα καρότα, να τσιγαριστούν.

Ανακατεύουμε για 5 λεπτά και ρίχνουμε την ντομάτα, τη ζάχαρη και 2 ποτήρια νερό. Σκεπάζουμε την κατσαρόλα και αφήνουμε να βράσουν για 20 λεπτά.

Στη συνέχεια ρίχνουμε τον αρακά και τον άνηθο (ψιλοκομμένο) και συμπληρώνουμε αν χρειάζεται λίγο νεράκι. Προσθέτουμε το αλάτι και το πιπέρι.

Αφήνουμε να βράσουν όλα μαζί για άλλα 30-40 περίπου λεπτά και ελέγχουμε συνεχώς να υπάρχει νερό στην κατσαρόλα μας.

Πηγή: mothersblog.gr