

10 Δεκεμβρίου 2014

Κριθαράκι

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Photo credit: G. Drakopoulos

Συστατικά

- 1 κούπα κριθαράκι
- 2 ποτήρια νερό
- 1 κρεμμύδι
- 3 σκελίδες σκόρδο
- 1 πράσο
- 2 φύλλα δάφνης
- λίγα ντοματίνια
- 2 κουταλιές της σούπας ταχίνι
- 1 ντομάτα κονκασέ
- Ελαιόλαδο

45'

Χρόνος Εκτέλεσης

Shares Page not found or type unknown

4

Μερίδα/ες

Μέθοδος Εκτέλεσης

Νηστίσιμο και νόστιμο κριθαράκι.. .. το ταχίνι του δίνει νοστιμιά και προσδίδει ακόμα περισσότερο στο πιάτο

- Σοτάrouμε σε λίγο ελαιόλαδο το κρεμμύδι, το σκόρδο, το πράσο και τα ντοματίνια.
- Ρίχνουμε το κριθαράκι, την ντομάτα, το νερό και τα μυρωδικά και στο τέλος το ταχίνι.
- Μόλις πάρει βράση βάζουμε σε πυρέξ και ψήνουμε στους 200 βαθμούς για 30 λεπτά με αλουμινόχαρτο σκεπασμένο

Tip

Καβουρδίστε καλά το κριθαράκι... γίνεται πεντανόστιμο έτσι!

Πηγή: akispetretzikis.com