

23 Μαρτίου 2019

## Νηστίσιμα μακαρόνια με σάλτσα καρότου

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



Υπάρχουν μερικοί γευστικοί συνδυασμοί εκεί έξω στους οποίους το μυαλό μας δεν πάει εύκολα. Αν όμως ακούσουμε τις συμβουλές αυτών που ξέρουν κάτι παραπάνω και τους τολμήσουμε το αποτέλεσμα θα μας δικαιώσει.

Μία τέτοια περίπτωση είναι και τα σπαγγέτι (η αγαπημένη κατηγορία των

απανταχού μακαρονάδων) με σάλτσα καρότου. Μην σε ξενίζει αυτό που ακούς. Αυτή η συνταγή φτιάχτεται εύκολα και απλά και κυρίως με υλικά που ήδη έχεις στο ντουλάπι σου.

Δες το πώς



ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ ΚΑΙ ΣΥΝΤΑΓΕΣ

### **Υλικά:**

- 1 πακέτο μακαρόνια [εγώ έβρασα και πένες ] 5 σκελίδες σκόρδο ψιλοκομμένες
- 1 κρεμμύδι ξερό τριμμένο
- 5 καρότα τριμμένα στο πολύ ψιλό μέρος του τρίφτη



ελαιόλαδο κατά προτίμηση η ποσότητα  
1/2 ποτήρι του νερού κρασί  
αλάτι-πιπέρι  
2 δαφνόφυλλα  
1 κύβο knorr βιολογικό ότι γεύση σας αρέσει  
1 κουταλιά σούπας πελτέ

### **Εκτέλεση:**

Βράζουμε τα μακαρόνια ως συνήθως τα στραγγίζουμε.

Σε κατσαρολάκι βάζουμε το λάδι με το κρεμμύδι το σκόρδο και το καρότο και με ξύλινη κουτάλα τα μαραίνουμε σοτάrouμε ,περίπου 15 λεπτά να μαραθούν όλα ανακατεύοντας με ξύλινη κουτάλα και τα σβήνουμε με το κρασί πριμένουμε να εξατμιστεί και

Προσθέτουμε και την κουταλιά πελτέ τον κύβο το αλατοπίπερο και ανακατεύουμε καλά .

Προσθέτουμε και σχεδόν 1ποτήρι του νερού νερό και την δάφνη και αφήνουμε να σιγοβράζει να πιεί το νεράκι και να πήξει η σάλτσα .

Πηγή: [mageirikikaisintages.blogspot.gr](http://mageirikikaisintages.blogspot.gr)