

29 Μαρτίου 2023

Κουνουπίδι στιφάδο αλάδωτο

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





Υλικά

- 1 μεγάλο κουνουπίδι
- 1 κιλό ώριμες ντομάτες τριμμένες στον τρίφτη
- 5 σκελίδες σκόρδο κομμένες στα δύο
- 4 κρεμμύδια ξερά ψιλοκομμένα
- 1 ποτήρι κρασιού ξύδι
- 1 φύλλο δάφνης
- 1 κ. σ. τριμμένο δεντρολίβανο
- αλάτι, πιπέρι

Εκτέλεση

Ζεσταίνετε λίγο νερό σε μια κατσαρόλα και αχίζετε το κρεμμύδι. Προσθέτετε το σκόρδο και αφήνετε να μαραθεί ελαφρά. Σβήνετε με το ξύδι και προσθέτετε τη ντομάτα, τη δάφνη και το δεντρολίβανο. Ρίχνετε αλάτι και πιπέρι. Όταν η σάλτσα πάρει βράση χαμηλώνετε τη φωτιά και την αφήνετε να σιγοβράσει. Σε άλλη κατσαρόλα με νερό και αλάτι έχετε βράσει για μισή ώρα κουνουπίδι, καλά ξεπλυμένο και κομμένο σε μπουκέτα. Το στραγγίζετε και το βάζετε στη σάλτσα που σιγοβράζει, σκεπάζετε την κατσαρόλα και αφήνετε το φαγητό να μείνει με τη

σάλτσα του.

Πηγή: agiameteora.net