

Γευστική συνταγή για φασολάκια

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



Υλικά

- 1 κιλό φασολάκια, καθαρισμένα
- 1 κ.σ. ελαιόλαδο
- 3 κουταλιές βούτυρο
- 2 μεγάλες σκελίδες σκόρδο, ψιλοκομμένο

Αλάτι

Φρεσκοτριμμένο μαύρο πιπέρι

Διαδικασία

Ζεματίζετε τα φασολάκια σε μία κατσαρόλα με αλατισμένο, βραστό νερό για περίπου 2 λεπτά, μέχρι να γίνουν ελαφρώς τραγανά, τα σουρώνετε και τα τοποθετείτε σε ένα μπολ με παγωμένο νερό. Θερμαίνετε ένα μεγάλο τηγάνι σε μεσαία φωτιά. Προσθέτετε το ελαιόλαδο και το βούτυρο. Ρίχνετε το σκόρδο και το μπούκοβο και σοτάρετε για περίπου 30 δευτερόλεπτα. Προσθέτετε τα φασολάκια και συνεχίζετε να σοτάρετε μέχρι να καλυφθούν από το βούτυρο και να ζεσταθούν για 5 λεπτά. Ρίχνετε το ξύσμα λεμονιού και αλατοπιπερώνετε.

Πηγή: briefingnews.gr