

Carote aceto e origano

Le **carote aceto e origano** sono un contorno semplice e veloce da preparare, in cui le carote vengono lessate o cotte a vapore e condite con una miscela di olio, aceto, aglio e origano.

Le **carote aceto e origano** così preparate si conservano ottimamente in frigorifero per un paio di giorni. Coprirle bene con pellicola trasparente e lasciarle almeno mezz'ora a temperatura ambiente prima di mangiarle.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **70Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**
- ricetta **vegetariana** e **vegan**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

- 6 carote
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
- 1 cucchiaio di aceto di mele
- 1 pizzico di origano
- 2 spicchi di aglio
- Sale fino

PREPARAZIONE

- Lavare, pulire le carote ed affettarle sottili.
- Cuocerle a vapore per 30 minuti o lessarle in acqua salata per 20 minuti.
- Nel frattempo preparare in una ciotolina un'emulsione di olio, aceto, origano e l'aglio spellato ed affettato.
- Quando le carote sono cotte condirle con l'olio aromatizzato ed un pizzico di sale.

PIETANZE DI ABBINAMENTO IDEALE

Secondi piatti a base di carne e pesce.

STAGIONE

Marzo, aprile

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

