

CAROTE AL CUMINO

Ingredienti per 6 persone:

- 1 kg di carote piccole,
- 4 cucchiaini di olio d'oliva extra-vergine,
- 3 spicchi di aglio,
- 1 cucchiaino di cumino,
- 1 bouquet di prezzemolo (o coriandolo),
- 1/2 cucchiaio di paprica,
- sale.

Grattate la buccia delle carote.

Lavatele e tagliatele a rondelle.

Sbucciate l'aglio e schiacciatelo con il cumino e la paprica.

Diluite il miscuglio con 2 cucchiaini d'acqua.

Versate in un tegame, aggiungete l'olio e fate riscaldare per qualche istante.

Aggiungete 1/2 litro d'acqua, tritate il prezzemolo o il coriandolo.

Gettate le carote e lasciatele cuocere per 45 minuti a fiamma moderata con il coperchio.

Quando le carote sono cotte continuate la cottura finché il brodo di cottura non si è consumato lasciando solo un poco di salsa sul fondo del tegame.

Servite le carote calde come contorno.