



Karamelizovaná mrkev

Ingredience

mrkev: 4 ks
třtinový cukr: 1 PL
limetka: 1 ks
petrželka: 2 PL
máslo: 2 PL
olej: 1 PL
sůl
pepř

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zlatá střední cesta

Mrkve nakrájíme na silnější kolečka, petrželku nadrobno, vymačkáme šťávu z limetky. V pánvi rozežřejeme olej, ve kterém necháme rozpustit máslo. Přidáme mrkev a při mírnější teplotě restujeme. Jakmile začne mrkev tmavnout, přimícháme cukr a necháme ho zkaramelizovat. Osolíme, opepříme, přidáme...

Karamelizovaná mrkev - recept

Mrkve nakrájíme na **silnější kolečka**, petrželku nadrobno, vymačkáme šťávu z limetky. V pánvi rozežřejeme olej, ve kterém necháme rozpustit máslo. Přidáme mrkev a **při mírnější teplotě**

restujeme. Jakmile začne mrkev tmavnout, přimícháme cukr a necháme ho zkaramelizovat. Osolíme, opepříme, přidáme limetkovou šťávu a petrželku.

Karamelizovaná mrkev se hodí ke grilovanému masu, rybě nebo jako varianta místo dušené mrkve.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí