

CONTORNI

Cuore di sedano e carote alla greca

Origine: Grecia

DOSI

4 persone

PREPARAZIONE

15 min

COTTURA

30 min

Ingredienti per 4 persone

Sedano	1 cuore
Carote	500 g
Passato di pomodoro	5 cucchiai
Olio d'oliva	5 cucchiai
Vino bianco secco	5 cucchiai
Cipolla	1
Aglio	1 spicchio
Semi di coriandolo	12
Sale	
Pepe	

PER SERVIRE

Olio d'oliva	2 cucchiai
Succo di limone	1 cucchiaio
Foglie di coriandolo fresco tritato	

Preparazione

- 1 Mondate la cipolla e tritatela. Pelate l'aglio e schiacciatelo. Mettete aglio, cipolla, passato di pomodoro, olio di oliva, vino bianco e coriandolo in una pentola.
- 2 Aggiungete 50 cl di acqua. Salate e pepate. Mescolate e portate a ebollizione. Schiumate, coprite e lasciate sobbollire per venti minuti. Nel frattempo fate bollire una pentola di acqua salata.
- 3 Lavate il cuore di sedano e tagliatelo a pezzettini lunghi quattro centimetri e spessi un centimetro. Raschiate le carote, lavatele e tagliatele a bastoncini della stessa grandezza.
- 4 Fate sbollentare queste verdure per cinque minuti, poi sgocciolatele. Dopo venti minuti di cottura del brodo, aggiungetevi le verdure e lasciatele cuocere a fuoco lento senza coprire per otto o dieci minuti finché non sono tenere.

- 5 Versatele in un piatto di portata fondo e lasciatele raffreddare. Fate marinare per almeno due ore in frigorifero. Per servire aggiungete olio di oliva e succo di limone e mescolate. Cospargete di coriandolo.