Marchewkowe wstążki w zalewie

Agnieszka Strużyna

Polecane na: **przetwory, przystawki i przekąski**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

20 min

1 porcja

Składniki:

- marchewki (większe) - 3 szt.
- czosnek - 2 ząbek
- woda - 1 szklanka
- sól - 1 łyżka
- ocet - 1/2 szklanka
- ocet kokosowy - 1/2 szklanka
- miód gryczany - 1 łyżka
- ziarenka pieprzu - kilka
- ziarenka gorczycy - 1/2 łyżeczka
- suszony koper rzymski (kmin rzymski) - 1/2 łyżeczka
- liść laurowy - 1 szt.
- płatki chilli - 1 szczypta

Dodatkowe info:

Marchewka z zalewy octowo-miodowej to idealny dodatek do grilla, obiadu lub deski mięs.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Marchew umyj, obierz i pokrój na cienkie wstążki (np. obieraczką, bądź spiralizatorem)

KROK 2: Posól wodę i zagotuj. Do gotującej się wody włóż wstążki na ok 1-2 min (aż trochę zmiękną).

KROK 3: Wyjmij wstążki i odłóż na bok.
Do wody dodaj resztę składników i gotuj przez kilka minut, aż wszystkie smaki się połączą, a miód w pełni rozpuści.

KROK 4: W wyparzonym słoiku umieść wstążki marchwi, zalej dokładnie zalewą i zakręć.
Po wystudzeniu słoika włóż go do lodówki.

KROK 5: Marchewkę można już jeść następnego dnia.