

Φασολάδα

Αχ αυτή η φασολάδα! Το εθνικό μας φαγητό! Πόσο τέλειο και αγαπημένο! Πόσο καθημερινό και όμως πόσο θρεπτικό. Σήμερα αποφασίσαμε να σας δείξουμε την παρασκευή της φασολάδας γιατί είμαστε σίγουροι πως θα θέλετε να την φτιάξετε σίγουρα μια φορά την εβδομάδα. Ακολουθώντας τις συμβουλές που θα βρεις στο βίντεο και τα υλικά που θα δεις παρακάτω θα φτιάξεις την πιο νόστιμη και λιχουδιαστή φασολάδα.

ΥΛΙΚΑ

1/2 κιλό φασόλια μέτρια
1/2 κούπα ελαιόλαδο
1 πατάτα
1 καρότο
1 κρεμμύδι
1 κλωναράκι σέλινο
1 κουταλάκι ζάχαρη (προαιρετικά)
1/2 κουταλάκι ρίγανη (προαιρετικά)
2 κουταλάκια αλάτι
μαύρο πιπέρι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

- 1) Γέμισε την κατσαρόλα με φασόλια και νερό μέχρι να βράσουν
- 2) Κόψε το καρότο σε μικρά κομματάκια
- 3) Ξεφλούδισε την πατάτα και κόψε σε μικρά κομματάκια
- 4) Βάλε την πατάτα για να μην μαυρίσει σε μπολ με νερό και το καρότο
- 5) Ξεφλούδισε το κρεμμύδι και κόψε σε μικρά κομματάκια μετά θα βάλεις τα κομμάτια στο μπλέντερ να χτυπηθούν
- 6) Όταν βράσουν τα φασόλια τότε άδειασε το νερό
- 7) Στην κατσαρόλα με τα φασόλια θα βάλεις νερό και τα κομματάκια πατάτας κι καρότο
- 8) Ρίξε στην κατσαρόλα το κρεμμύδι
- 9) Ανακάτωσε και άφησε την κατσαρόλα στην μεσαία σκάλα να βράσει
- 10) Πρόσθεσε στην κατσαρόλα πολτό ντομάτας και ανακάτωσε
- 11) Ρίξε στα φασόλια αλάτι και πιπέρι με λάδι
- 12) Ανακάτωσε και βάλε την κατσαρόλα να βράσει σε χαμηλή φωτιά στο 3

13) Κόψε σε μικρά κομματάκια το σέλινο

14) Πρόσθεσε το σέλινο στην κατσαρόλα με τα φασόλια και ανακάτωσε

15) Όταν βράσει και τα φασολια μαλακωσουν, τότε είναι έτοιμο το φαγητό

Για ότι απορία έχεις δεξ το βίντεο που μαγειρεύω τη συνταγή βήμα βήμα! καλή επιτυχία!!

