

Μακαρονάδα με σάλτσα καρότου

Μία τέλεια μακαρονάδα με σάλτσα καρότου. Το καρότο είναι ένα πολύ υγιεινό, θρεπτικό και οικονομικό λαχανικό που μπορεί να γίνει μια υπέροχη πεντανόστιμη σάλτσα για ζυμαρικά.

Υλικά

5 βρασμένα καρότα
1 χούφτα άνηθο
1 χούφτα στεγνές λιαστές ντομάτες
300 γρ. πέννες ολικής αλέσεως
50 γρ. φέτα
5 κουταλιές λάδι
1 κουταλιά ξύδι μπαλσάμικο
Αλάτι
Πιπέρι
Μπαχάρι
Σκόνη κάρυ
Σέλινο ή μείγμα μυρωδικών για σαλάτα
<http://bletsas.gr/mix/>
Κάρδαμο

Εκτέλεση

Βράζεις τις πέννες ολικής αλέσεως για 10 λεπτά. Παράλληλα ξεκινάς να φτιάξεις την κρέμα καρότου. Ρίχνεις τα καρότα, τον άνηθο, τις λιαστές ντομάτες, το λάδι, το ξύδι, το αλατοπίπερο, το μπαχάρι, το κάρυ, το κάρδαμο, το σέλινο ή το μείγμα μυρωδικών, στο μπλέντερ και τα χτυπάς μέχρι να γίνει μία βελούδινη κρέμα. Στη συνέχεια ρίχνεις στο μπλέντερ τη φέτα και τα χτυπάς μαζί. Ανακατεύεις τις πέννες με την κρέμα σε ένα μπολ για να εισχωρήσει η κρέμα μέσα στις πέννες. Σερβίρεις σε ένα πιάτο με λίγο άνηθο και λίγο λάδι. Καλή όρεξη!



Η συνταγή είναι από το βιβλίο ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ

<http://cookingEconomy.gr>

Δείτε κι άλλες συνταγές στο

<http://bletsas.gr>

Αν σου άρεσε το βίντεο μπορείς να μας υποστηρίξεις πατώντας απλά στα διαφημιστικά link των χορηγών. Ευχαριστούμε!! ☐

