



Еште пейте но не будьте расточительны (Чистилище 31)
Бану Атабай Модест вкус Кулинарные рецепты

Горох в оливковом масле

Zeytinyağlı Bezelye



1 кг. свежего зеленого горошка
1 луковица
2 средние моркови
1 крупный помидор
1 зубчик чеснока
 $\frac{3}{4}$ стакана оливкового масла
1 стакан воды
1 ч.л. сахара
1 ч.л. соли
Украсить:
8-10 веточек укропа

Горошек выпотрошить и помыть.

Лук мелко порезать и положить в кастрюлю с нагретым оливковым маслом, добавить мелко рубленный чеснок, пассировать до прозрачности.

Добавить порезаную крупными кубиками морковь, посолить, закрыть крышкой и готовить на среднем огне минут 10.

Затем добавить тертый на терке помидор и сахар, довести до кипения.

В конце добавить горошек и горячую воду. Готовить под закрытой крышкой на медленном огне 35-40 минут.

Когда остывает выложить на блюдо и украсить мелко рубленным укропом.

Если в приготовлении используете консервированный горошек, время готовки необходимо сократить до 15 минут.