



## **Carote con cipolla di Tropea e paprica dolce**



### **Ingredienti (per 1 porzione)**

3 carote  
un quarto di cipolla di Tropea  
un pizzico di paprica dolce  
un filo di olio extra vergine di oliva  
un pizzico di gomasio alle erbe

### **Procedimento**

1. Lavo le carote, le raschio e le taglio a bastoncini di circa 3 cm per 1 cm. Sbuccio la cipolla, la affetto e la unisco alle carote.
2. Verso tutto in una padella con un filo d'olio e un mestolo di acqua, aggiungo la paprica e il gomasio. Accendo il fuoco al minimo. Lascio cuocere per 15 minuti, unendo man mano poca acqua nel caso si rendesse necessario, fino a quando le carote risulteranno tenere.