

# Vegetales al escabeche



**Dificultad:** □□□□□

Tiempo de preparación: 15min , Tiempo de cocción: 15min

Tiempo total: 30min , Número de porciones: 4

**0** Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

**Autor:** Maria

**Url:** <https://srecetas.es/vegetales-al-escabeche>

## Preparación

Comience por lavar y pelar las zanahorias. Cortar en diagonal en trozos. Ponga a un lado. Lavar y cortar el coliflor en floretes del tamaño de un bocado y dejar de lado con las zanahorias. Cortar la parte superior de los pimientos y cortar en trozos. En una cacerola, agregue el vinagre, el agua, el azúcar, las hojas de laurel, sal y pimienta negra. Llevar la mezcla de vinagre a hervir, revolviendo constantemente hasta que el azúcar se haya disuelto. Agregue el ajo, los pimientos, las zanahorias y el coliflor. Cocine durante otros 3-5 minutos. Retirar del fuego y dejar enfriar. Guarde bien tapado en el refrigerador hasta por una semana. Asegúrese de dejar que las verduras establezcan en el refrigerador durante por lo menos 12 horas antes de servir. Cuanto más tiempo en el refrigerador, más picante se pone.



## Ingredientes

- 500 gramo/s Zanahoria
- 500 gramo/s Coliflor
- 3 unidad/es Pimiento chile verdes
- 1-1/2 taza/s Vinagre
- 1 taza/s Agua
- 1/4 taza/s Azúcar
- 4 hoja/s Laurel
- 1 cucharadita/s Sal
- 1/2 cucharadita/s Pimienta
- 1 cucharada/s Ajo picado

## Categorías

Un día normal, Día Especial, Vegetariana, Todo el año, Económico, Vegetales, Exótica, Una cocinera experta, Appetizer-Entrada