

Γαρίδες σαγανάκι

Συντάχθηκε απο τον/την Administrator
Κυριακή, 22 Ιούλιος 2012 07:30



Γαρίδες σαγανάκι από τον Βόλο

Υλικά

1 κιλό γαρίδες ½ κουταλάκι πελτέ ντομάτας αλάτι πιπέρι κόκκινο 1/2 φλιτζάνι λάδι 30
0 γρ. χυμό ντομάτας

1 κουταλάκι μουστάρδα

150 γρ. φέτα

Εκτέλεση

Σε κατσαρόλα με αρκετό νερό βράζουμε τις γαρίδες για 10-15 λεπτά. Τις σουρώνουμε και στη συνέχεια τις καθαρίζουμε. Σε πλατύ τηγάνι βάζουμε το λάδι και αφού χτυπήσουμε στο μπλέντερ το χυμό ντομάτας με τη μουστάρδα και τον πελτέ ντομάτας, προσθέτουμε το μείγμα στο τηγάνι και το αφήνουμε να πάρει μερικές βράσεις. Προσθέτουμε τις καθαρισμένες γαρίδες και τις αφήνουμε να βράσουν λίγη ώρα στη σάλτσα.

Στη συνέχεια προσθέτουμε το αλάτι, το πιπέρι και τη φέτα κομμένη σε μικρά κομμάτια. Σκεπάζουμε το τηγάνι και το αφήνουμε για άλλα 2 λεπτά σε χαμηλή φωτιά. Σερβίρουμε το φαγητό καυτό.

Γαρίδες σαγανάκι

Συντάχθηκε απο τον/την Administrator
Κυριακή, 22 Ιούλιος 2012 07:30

[από το Εδεσματολόγιον Θεσσαλίας]

Στείλτε τη δική σας συνταγή στο syntages@thessalianews.gr , σημειώνοντας το όνομά σας και τον τόπο (καλό θα ήταν να συνοδεύει τη συνταγή σας και μια φωτογραφία).

[ΔΕΙΤΕ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ](#)