



α!

Φτιάξτε

τα με άνηθο και μαϊντανό και σίγουρα τα πιτσιρίκια σας θα τα λατρέψουν!

ΥΛΙΚΑ

- 1 σακουλάκι μαυρομάτικα φασόλια
- 2 κρεμμύδια ψιλοκομμένα
- 2-3 σκελίδες σκόρδο ψιλοκομμένες
- 1 ματσάκι άνηθο
- 1 ματσάκι μαϊντανό
- 2 μεγάλες ντομάτες κομμένες σε κυβάκια
- 2 κουτ.σούπας πελτέ ντομάτας
- Λάδι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ξεπλένετε καλά τα μαυρομάτικα και τα βάζετε σε μια κατσαρόλα με νερό να βράσουν μέχρι να γίνουν τρυφερά για περίπου 45. Όσο βράζουν τα φασόλια, ετοιμάζετε τη σάλτσα: Σε μία κατσαρόλα, ρίχνετε λάδι και τα ψιλοκομμένα κρεμμύδια και τα αφήνετε να σοταρίσουν. Προσθέτετε το σκόρδο, το μαϊντανό, τον άνηθο και τον πελτέ ντομάτας και τις ψιλοκομμένες ντομάτες και ρίχνετε 1 ποτήρι νερό. Αφήνετε τα υλικά να βράσουν και να γίνουν μια πηκτή σάλτσα. Όταν είναι έτοιμα τα φασόλια τα σουρώνετε τα ξαναβάζετε στη κατσαρόλα. Ρίχνετε στη κατσαρόλα τη σάλτσα που έχετε ετοιμάσει ανακατεύετε και τα αφήνετε να

βράσουν για λίγο μαζί.

Πηγή: mothersblog.gr