

22 Μαΐου 2016

Κρητικό αρνάκι με μάραθο και λεμόνι

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)





Φωτογραφία: Βαγγέλης Πατεράκης – Food styling: Αντωνία Κατή

Ο ανοιξιάτικος μάραθος που αφθονεί στην ελληνική επαρχία δίνει ένα ξεχωριστό άρωμα στα πασχαλιάτικα εδέσματα. Μπορείτε να φτιάξετε τη συνταγή αυτή και με κατσικάκι.

Μερίδες:6 Χρόνος προετοιμασίας:20΄ Χρόνος μαγειρέματος:1:30΄ Έτοιμο σε:1:50΄

ΣΥΝΤΑΓΗ ΑΠΟ: Γεωργία Κοφινά

Υλικά

- 1½-2 κιλά αρνί, τεμαχισμένο
- 1 κιλό μάραθο χοντροκομμένο
- 5 φρέσκα κρεμμυδάκια χοντροκομμένα
- 2/3 φλιτζανιού ελαιόλαδο
- χυμό από 2 λεμόνια

- αλάτι, πιπέρι

Διαδικασία

Πλένετε, στραγγίζετε το κρέας και το πασπαλίζετε με αλατοπίπερο. Το σοτάρετε στο λάδι μέχρι να πάρει χρώμα από όλες τις πλευρές και προσθέτετε το μάραθο και τα κρεμμυδάκια.

Σκεπάζετε το φαγητό και αφήνετε να σιγοβράσει για 1 ώρα και 15 λεπτά περίπου, μέχρι να μαλακώσει το κρέας.

Προσθέτετε το λεμόνι και αφήνετε το φαγητό να σιγοβράσει για 5 λεπτά περίπου ακόμα. Αν η σάλτσα του είναι αραιή, την πήζετε με λίγο κορνφλάουρ διαλυμένο σε νερό.

Πηγή: olivemagazine.gr