



Zanahorias glaseadas fáciles

Adecuada para niños

Vegetariana, sin gluten, baja en sodio

Ingredientes

Porciones: 4

Tiempo de preparación: 5 minutos

Tiempo de cocción: 10-15 minutos

- 1 lb. de **zanahorias** crudas, cortadas en rodajas de 1/4 de pulgada
- 1/8 taza de **mantequilla sin sal**
- 1/3 taza de **azúcar morena** prensada

Instrucciones

1. Corte la zanahoria en palitos de $\frac{1}{4}$ de pulgada y caliente 1 pulgada de agua hasta que hierva en una cacerola, agregue las zanahorias, tape y caliente hasta que hiervan.
2. Reduzca el calor y hierva por 10-15 minutos o hasta que las zanahorias estén blandas.
3. Mientras se cuecen las zanahorias, caliente la azúcar morena y la mantequilla sin sal en una sartén a fuego medio, moviéndolo constantemente, hasta que el azúcar se disuelva y burbujee. Quítelas del calor.
4. Drene las zanahorias y agréguelas a la sartén con la mezcla del azúcar, moviéndolas con una cuchara. Cocine a fuego bajo hasta por 5 minutos, moviendo suavemente hasta que las zanahorias estén glaseadas y calientes. Quítelas del calor y sírvalas.