

Αγκινάρες αλά πολίτα "Λίτσας"

Συντάκτης: Λίτσα

Παραδοσιακή συνταγή: **Αγκινάρες αλά πολίτα**

ΥΛΙΚΑ

12 αγκινάρες
4 καρότα κομμένα σε μικρά φετάκια
4 - 5 φρέσκα κρεμμύδια κομμένα σε χοντρά φετάκια
2 κρεμμύδια ψιλοκομμένα
4 - 5 πατάτες κομμένες σε μικρά κομμάτια ή κύβους
άνηθο ψιλοκομμένο
4 λεμόνια το χυμό
2 φλιτζάνια τσαγιού λάδι
2 κουταλιές. Σούπας αλεύρι
αλάτι-πιπέρι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Βάζετε σε μία κατσαρόλα το ψιλοκομμένο κρεμμύδι να μαραθεί με το λάδι. Προσθέτετε τις πατάτες, τα καρότα και α φρέσκα κρεμμυδάκια. Επίσης προσθέτετε το αλεύρι, τα ανακατεύετε και τα αφήνετε να ψηθούν για μερικά λεπτά.

Τέλος βάζετε τις αγκινάρες στην κατσαρόλα με τα άλλα χορταρικά. Ρίχνετε το ανάλογο νερό μέχρι να σκεπάσει τις αγκινάρες αλάτι, πιπέρι, πασπαλίζετε με άνηθο προσθέτετε το χυμό 2 λεμονιών και τα αφήνετε να βράσουν σε μέτρια φωτιά επί μία ώρα περίπου.