

Czadowa wołowina z chilli na ostro

Ostrą wołowinę podawaj z ryżem lub tortillą

 Czas na High: 4-5

 Ilość porcji: 3-5

 Czas na Low: 6-7

 Czas przygotowania: 30

Składniki

- 1 duża cebula, pokrojona w kostkę
- 3 duże ząbki czosnku, drobno posiekane
- 1 średnia czerwona papryczka chili, drobno pokrojona w kostkę
- 10 g pasty chipotle
- 1 duża marchewka, obrana i pokrojona w kostkę
- 45 g koncentratu pomidorowego
- 400 g siekanych pomidorów z puszki
- 200 g bulionu wołowego
- 800-1kg wołowiny, pokrojonej w kostkę
- 800g czerwonej fasoli z puszki, opłukanej i odcedzonej
- Sól i pieprz
- Do serwowania - ryż basmati, guacamole, śmietana, tortilla chipsy.
-



Wykonanie:

Umieść pokrojone w kostkę cebulę, czosnek, chili, marchew, pastę chipotle, koncentrat pomidorowy, pomidory w misie wolnowaru Crock-Pot, wlej bulion wołowy i wymieszaj.

Dodaj pokrojoną wołowinę.

Przykryj pokrywką i gotuj na poziomie LOW 6-7 godzin lub HIGH przez 4-5 godzin.

Dołóż czerwoną fasolę, wymieszaj i gotuj jeszcze przez 30 minut.

Dopraw solą i pieprzem i podawaj z dodatkami. Np. ryżem basmanti, śmietaną, guacamole, chipsami tortilli