Barbacoa

Barbacoa to meksykańska potrawa z wolno gotowanego, pikantnego i aromatycznego mięsa, często rozdrobnionego i podawanego jako tacos. Nasza receptura wykorzystuje wołowinę, ale można ją zastąpić wieprzowiną, jeśli wolisz.

Czas na High: 6
Czas na Low: 8-10
Ilość porcji: 3-5
Czas przygotowania: 30

Składniki

- 90 g pasty chipotle
- 30 g pęczek kolendry, grubo pokrojonej
- 1 średnia czerwona cebula, obrana i pokrojona w duże kawałki
- 10 ząbków czosnku, obranych
- 1 łyżeczka mielonych goździków
- 1 łyżka soli
- 4 limonki, sok
- 100 ml octu jabłkowego
- 1,5 kg mięsa wołowego
- 200 ml bulionu z kurczaka
- 5 liści laurowych
-
- Do serwowania
- Tortille z kukurydzy,
- Pokrojona cebulka dymka
- Rozdrobniona kolendra
- Salsa
-



Wykonanie:

Zmiksuj w blenderze pastę chipotle, kolendrę, czerwoną cebulę, czosnek, goździki, sól, sok z limonki i ocet jabłkowy.
Mieszankę przelej do misy wolnowaru Croc-Pot. Włóż mięso, liście laurowe i wlej bulion. Jeśli mięso nie jest zakryte sosem, to obróć ja kilka razy.
Połóż pokrywę i gotuj, aż mięso zacznie się rozpadać, 8 do 10 godzin na poziomie LOW lub około 6 godzin na poziomie HIGH.
Serwuj jako tacos z salsą, kolendrą, śmietaną i cebulą.