




Ekspresowy kurczak po Prowansalsku

Ten kurczak po prowansalsku to szybki i łatwy sposób, aby nakarmić całą rodzinę w mniej niż 40 minut, przygotowując obiad w urządzeniu wielofunkcyjnym Crockpot Express.

 Czas na High: 0 -

 Czas na Low: 0 -

 Ilość porcji: 3-5

 Czas przygotowania: 30

Składniki

- 2 łyżki oliwy z oliwek
- 4 ząbki czosnku, zmiżdżone
- 4 cebule, pokrojone w plasterki
- 2 czerwone papryki, pozbawione pestek, pokrojone w plasterki
- 2 żółte papryki, pozbawione pestek, pokrojone w plasterki
- 2 szklanki białego wina
- 4 puszki 400 g pokrojonych pomidorów
- 2 szklanki oliwek kalamata, usunięte pestki
- 20 udek z kurczaka bez kości
- 1 pęczek świeżego tymianku
- 4 anchois
- Sól i świeżo zmielony czarny pieprz
-



Wykonanie:

Naciśnij przycisk BROWN/SAUTE, a następnie naciśnij przycisk START/STOP. Dodaj olej i rozgrzewaj go przez 2 minuty. Dodaj czosnek, cebulę i paprykę. Gotuj przez 4-5 minut lub do miękkości.

Dodaj wino i zredukuj jego ilość o połowę. Naciśnij START/STOP. Dodaj pozostałe składniki do garnka. Załóż pokrywę. Naciśnij przycisk POULTRY i ustaw czas na 30 minut. Upewnij się, że zawór odparowujący znajduje się w pozycji zamkniętej seal. Naciśnij START/STOP.

Po zakończeniu gotowania, gdy ciśnienie spadnie, dopraw do smaku solą i pieprzem. Podawaj na gorąco.