

Jambalaya z kurczakiem i krewetkami

Oryginalna jambalaya

 Czas na High: 3,5

 Czas na Low: -

 Ilość porcji: 3-5

 Czas przygotowania: 20

Składniki

- Pierś z kurczaka, 100 g
- Krewetki tygrysie, 6 sztuk
- Ryż krótkoziarnisty, 100 g
- Cebula, 1 szt
- Czosnek, 1 ząbek
- Marchewka, 1 sztuka
- Czerwona papryka, ½ strąka
- Żółta papryka, ½ strąka
- Pomidor malinowy, 1 sztuka
- Chili w płatkach, do smaku
- Curry, 1 łyżeczka
- Sól, pieprz, do smaku
- Oliwa, 2 łyżki
- Bulion warzywny, 400 ml
-



Wykonanie:

Cebulę obierz i posiekaj w drobną kostkę. Czosnek przeciśnij przez praskę. Na patelni rozgrzej oliwę i zeszklij na niej cebulę z czosnkiem. Do cebuli wrzuć ryż i smaż ok. 10 minut. Cebulę z ryżem przełóż do naczynia wolnowaru. Wolnowar Crock-Pot ustaw na funkcję high na 3 godziny. Do ryżu wlej 300 ml bulionu warzywnego oraz curry, przykryj przykrywką i gotuj przez półtorej godziny. Po godzinie dodaj pokrojonego w grubą kostkę kurczaka, posiekaną w plasterki marchewkę oraz pokrojoną w paski żółtą i czerwoną paprykę. Całość wymieszaj i gotuj przez następną godzinę. Następnie dodaj umyte i obrane krewetki oraz obranego ze skórki i pokrojonego w kostkę pomidora. Jeżeli ryż wchłonął nadmiar bulionu, dolej resztę. Gotuj całość jeszcze przez godzinę. Gotowe danie dopraw do smaku solą, pieprzem oraz zmielonymi płatkami chili.

przepis Darka Kuźniaka