Kokosowy ryż z fasolą

Idealny dodatek do curry, pieczonego mięsa, kurczaka lub jako danie samodzielnie. Ryż jest szczególnie dobry z odrobiną soku z limonki - skrop go przed podaniem.

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

Składniki



- 1 450 g puszka mleka kokosowego najlepiej pełnotłustego
- 1 filiżanka brązowego ryżu
- 1 łyżka mielonego czosnku
- 1 450 g puszka czerwonej fasoli, opłukanej i odsączonej
- 3/4 łyżeczki soli
- 1 łyżka cukru
- 1 łyżka oleju kokosowego
- 1/3 szklanki wrzącej wody
- 1 limonka, wyciśnięty sok
- Zielona cebula, do dekoracji opcjonalnie
-

Wykonanie:

1. Wstrząśnij puszką mleka kokosowego, a następnie otwórz ją i wlej do wolnowaru. Być może będziesz musiał/a użyć szpatułki, aby wydobyć wszystko.
2. Dodaj do wolnowaru ryż, czosnek, fasolę, sól, cukier, olej kokosowy i wrzącą wodę. Lekko wymieszaj.
3. Przykryj i gotuj na HIGH przez około 3 godziny lub do momentu, gdy ryż będzie miękki.
4. Wyciśnij świeży sok z limonki do ryżu i delikatnie wymieszaj. Wyłóż na talerze i udekoruj zieloną cebulką, jeśli chcesz.