


Pęczotto z kaszy pęczak, grzybów i pieczonego czosnku

Pęczak w wersji zimowej – kremowy, głęboki w smaku, z wyraźnym aromatem grzybów i czosnku. To roślinne comfort food, które nie udaje risotta, tylko gra własnymi zasadami.

 Czas na High: 5-6 godzin

 Ilość porcji: 3-5

 Czas na Low: 3-4 godziny

 Czas przygotowania: 15

Składniki

- 1½ szklanki kaszy pęczak niepalonej
-
- 250 g pieczarek lub grzybów leśnych świeżych lub mrożonych
-
- 1 główka czosnku
-
- 1 cebula, drobno posiekana
-
- 900 ml bulionu warzywnego
-
- 2 łyżki oliwy
-
- 1 łyżeczka suszonego majeranku
-
- sól, pieprz



Wykonanie:

Główkę czosnku przekrój, skrop oliwą i zawiń w folię można upiec wcześniej lub dodać surową.

Do Crock-pota wsyp kaszę, dodaj grzyby, cebulę, czosnek i przyprawy.

Zalej bulionem, wymieszaj i gotuj na LOW lub HIGH.

Po ugotowaniu rozgnieć czosnek i wmieszaj w całość.