




Warzywa orientalne z makaronem ryżowym i jajkiem

orientalne danie

 Czas na High: 1,5

 Czas na Low: -

 Ilość porcji: 1-2

 Czas przygotowania: 20

Składniki

- Papryka czerwona, 1 sztuka
- Por, zielona część kawałek ok. 5 cm
- Marchewka, 1 sztuka
- Szpinak, 100 g
- Grzybki mun, 10 g
- Makaron ryżowy, 50 g
- Jajka, 2 sztuki
- Sos sojowy, 2 łyżki
- Sos chilli, 3 łyżki
- Olej sezamowy, 2 łyżki
- Świeża kolendra
-



Wykonanie:

Przygotuj warzywa marchewkę umyj i obierz ze skórki, pokrój w cienkie plasterki. Paprykę opłucz, przekrój na pół, usuń gniazda nasienne i pokrój w wąskie paseczki. Pora oczyść, pokrój w plasterki. Makaron ryżowy i grzybki mun umieść w osobnych miseczkach i zalej wrzątkiem. Odstaw na 20 minut, a następnie odcedź je i przełóż do miseczek. Olej sezamowy wlej do naczynia wolnowaru Crock-Pot. Wolnowar ustaw na funkcję high. Po 10 minutach włóż do naczynia warzywa i sos sojowy, wymieszaj, dopraw do smaku solą i pieprzem. Naczynia duś przez godzinę, możesz od czasu do czasu przemieszać je drewnianą łyżką. Po godzinie dodaj do warzyw makaron, grzybki mun oraz sos chilli, całość wymieszaj. Na 15 minut przed końcem gotowania wbij do warzyw jajka i wymieszaj. Gotowe danie podawaj ze świeżą kolendrą.

przepis Darka Kuźniaka