Wege gulasz fasolowy

Wegetariańska wersja gulaszu

Czas na High: 0-

Czas na Low: 0-

Ilość porcji: 3-5

Czas przygotowania: 10

Składniki

- • 500 g fasoli
- • 2 marchewki
- • 2-3 cebule
- • 50 ml oleju słonecznikowego
- • sól
- • 1 łyżeczka sody oczyszczonej
- • suszony tymianek
- • 100 ml soku pomidorowego
- • 3 l bulionu
- • Woda
-

Wykonanie:

• Fasolę pozostaw namoczoną na noc.
• Następnego dnia dokładnie ją opłucz i wylej wodę.
• Do misy multicookera Crockpot wsyp namoczoną fasolę, dodaj 2 l wody i łyżeczkę sody oczyszczonej.
• Załóż pokrywę i zablokuj ją w pozycji zamkniętej. Upewnij się, że zawór pary jest zamknięty.
• Z menu urządzenia ustaw funkcję Fasola Bean, Turbo, czas trwania 20 minut.
• W międzyczasie obierz marchewkę i cebulę, umyj. Drobno posiekaj cebulę, zetrzyj marchewkę.
• Po zakończeniu programu urządzenie wyłączy się. Ostrożnie zdejmij pokrywę. Odcedź fasolę i przełóż do osobnej miski.
• Do misy urządzenia wlej olej słonecznikowy, szczyptę soli i posiekane warzywa.
• Z menu urządzenia wybierz funkcję Brown/Saute, która trwa 5 minut, bez zakładania pokrywki.
• Po zrumienieniu warzyw dodaj odsączoną fasolę, sok pomidorowy, bulion, sól do smaku i wystarczającą ilość wody, aby przykryć fasolę. Dodaj 2-3 gałązki suszonego tymianku.
• Załóż pokrywę, upewnij się, że zawór pary jest zamknięty.
• Z menu wybierz funkcję Fasola Bean, Low, czas trwania 30 minut.
• Po zakończeniu programu gotowania urządzenie automatycznie przełączy się na funkcję utrzymywania ciepła.
• Danie jest gotowe. Podawaj się z domowym pieczywem, piklami lub według swoich upodobań.