Wołowina 5 smaków

Pyszne danie kuchni azjatyckiej, także dla osób na diecie Keto.

Czas na High: 0-

Czas na Low: 6H

Ilość porcji: 3-5

Czas przygotowania: 15

Składniki

- 1 kg wołowiny
- Sól morska i mielony czarny pieprz
- 2 łyżki stołowe oliwy z oliwek
- 1 szklanka bulionu wołowego
- 1/2 szklanki sherry
- 1/4 sosu sojowego
- 2 łyżki stołowe octu winnego ryżowego
- 2 czerwone papryki, posiekane i pokrojone w plasterki
- 2 duże szalotki, cienko pokrojone
- 3 ząbki czosnku, mielone
- 5 cm kawałek świeżego imbiru, starty na tarce
- 1 łyżka stołowa plus 1 łyżeczka chińskiej przyprawy pięć smaków
- 1 łyżeczka płatków czerwonej papryki
- 2 szklanki groszku
- 2 zielone cebulki, pokrojone na ukos, do dekoracji
- 2 łyżki stołowe prażonych nasion sezamu, do dekoracji
-

Wykonanie:

Rozgrzać wolnowar na LOW. Obficie doprawić wołowinę solą i pieprzem.
Rozgrzać oliwę z oliwek na dużej patelni. Dodać wołowinę i obsmażyć aż do zrumienienia na zewnątrz, a następnie przenieść ją wraz z sosem do wolnowaru.
Do wolnowaru dodać bulion, sherry, sos sojowy, ocet, paprykę, grzyby, szalotki, czosnek, imbir, przyprawę pięć smaków w proszku i płatki czerwonej papryki. Wymieszaj do połączenia, przykryj i gotuj przez 6 godzin na LOW.
Dodaj groszek i gotuj przez dodatkową godzinę.
Udekorować wołowinę zieloną cebulką i nasionami sezamu.