

Zapiekanka pasterska

Sycące danie

 Czas na High: 2,5

 Czas na Low: -

 Ilość porcji: 3-5

 Czas przygotowania: 40

Składniki

- Mielona wołowina, 400 g
- Cebula, 1 szt.
- Marchewka, 1 szt.
- Bataty, 2 szt.
- Ziemniaki, 2 szt.
- Czosnek, 3 ząbki
- Gałka muszkatołowa, ¼ łyżeczki
- Masło, 50 g
- Kukurydza z puszki, 200 g
- Śmietanka 30%, 150 ml
- Cukier trzcinowy, 1 łyżeczka
- Olej, 2 łyżki
- Sól, pieprz do smaku
-



Wykonanie:

Bataty i ziemniaki obierz, ugotuj w osolonym wrzątku do miękkości. Do gorących ziemniaków i batatów dodaj zmiażdżony czosnek, masło i gałkę muszkatołową. Zmiksuj na gładkie puree, odstaw pod przykryciem. Kukurydzę gotuj w śmietance z dodatkiem cukru trzcinowego przez 15 minut. Dopraw do smaku solą i również zmiksuj na puree.

Cebulę i marchewkę obierz i pokrój w kostkę, zeszklij na oleju. Do warzyw dodaj wołowinę i smaż przez kwadrans. Dopraw do smaku solą i pieprzem.

Wołowinę przełóż do naczynia wolnowaru. Na wołowinę wyłóż puree z kukurydzy, wyrównaj wierzch. Na kukurydzę wyłóż puree z batatów.

Piecz zapiekankę przez 2,5 godziny na programie high. Gotową zapiekankę podawaj z ulubioną sałatką.

przepis Darka Kuźniaka