Zupa PHO z wolnowaru

Pyszna zupa z kuchni wietnamskiej.

Czas na High: 0 -
Czas na Low: 8-10H
Ilość porcji: 3-5
Czas przygotowania: 20

Składniki



• SKŁADNIKI - Na wywar
• 50 g imbiru, grubo pokrojonego
• 2 cebule, przepołowione
• 3 anyże gwiazdkowate
• 2 laski cynamonu
• ½ łyżki nasion kolendry
• 2 goździki
• 1 tusza indyka lub kurczaka
• 2-3 łyżki sosu rybnego
• 2 łyżki cukru
•
• Na pho
•
• 200 g płaskiego makaronu ryżowego
• 400 g ugotowanego i pokrojonego indyka lub kurczaka
• 100 g kiełków fasoli, blanszowanych, lub rozdrobnionych marchewek
• garść liści tajskiej bazylii, mięty i kolendry
• 2 czerwone papryczki chilli, drobno pokrojone
• 1 limonka, pokrojona w cząstki
• sos hoisin i sos sriracha, do podania
•

Wykonanie:

KROK 1
Podsmażyć imbir i cebulę na patelni, na dużym ogniu do uzyskania intensywnego koloru. Przełożyć do wolnowaru i gotuj na LOW. Podsmaż przyprawy przez kilka minut, aż staną się aromatyczne, a następnie wsyp je do wolnowaru. Jeśli zależy Ci na czasie, włóż przyprawy do wolnowaru bez podsmażania.

KROK 2
Dodaj mięso, a następnie wlej do garnka 3-4 litry wrzącej wody tak, aby kości były przykryte, uważając, aby nie przepełnić garnka. Przykryj i gotuj przez 8-10 godzin.
KROK 3
Wywar przecedzić, wyrzucając kości i przyprawy. Doprawić sosem rybnym i cukrem. Aby zamrozić na później, pozostawić do całkowitego ostygnięcia i zamrozić w szczelnym pojemniku na okres do trzech miesięcy. W przypadku natychmiastowego podania podgrzewać w wolnowarze.
KROK 4
Ugotować makaron zgodnie z instrukcją na opakowaniu, odcedzić i rozdzielić pomiędzy miski. Na wierzchu ułóż indyka i kiełki fasoli lub warzyw, następnie przelej bulion do dzbanka i zalej nim tyle, aby wypełnić miski zostanie Ci nadmiar, który możesz zamrozić jak wyżej. Rozrzuć zioła i chili, a następnie podawaj z kawałkami limonki i sosami.