

Potrąwka z łososa i parmezanu

Idealne danie na chłodne wieczory zimowe. Bogaty bukiet smakowy rozgrzeje i zadowoli nawet najbardziej wybrednego smakosza.

 Czas na High: Najpierw 1 godz.

 Ilość porcji: 3-5

 Czas na Low: Następnie 6-8 godz.

 Czas przygotowania: 15

Składniki

- 450 g długoziarnistego ryżu
- Łosoś z puszki 418 g, odsączony i rozdrobniony na kawałki
- 65 g różyczek kalafiora
- 50 g parmezanu
- 250 ml wytrawnego białego wina
- 250 ml mleka
- 250 ml wody
- 15 ml 1 łyżka stołowa drobno posiekanego, świeżego estragonu
- 5 ml 1 łyżeczka musztardy Dijon
- 4 ml 3/4 łyżeczki soli
- 2,5 ml 1/2 łyżeczki świeżo mielonego pieprzu
- 4 średniej wielkości pomidory, pokrojone na kawałki
- 2 cebule dymki, pokrojone na cienkie kawałki
-



Wykonanie:

Do misy wolnowaru Crock-Pot włożyć wszystkie składniki, z wyjątkiem pomidorów i cebulek. Dokładnie wymieszać, przykryć i gotować na ustawieniu HIGH przez godzinę, a następnie na ustawieniu LOW przez 6 – 8 godzin lub na HIGH przez 3 - 4 godziny. Przed podaniem dodać pomidory i dymki i wymieszać.