

Gulasz warzywny

Przepis

Informacje :

Stopień trudności: łatwy

Czas przygotowania: 15 minut

Liczba porcji: 4

Czas gotowania: 32 minut

Użyte akcesoria :

- nóż
 - mieszadło
-

Przygotowanie :

1. W naczyniu miksującym zamontować nóż. Dodać 100 g cebuli i 20 g czosnku. Założyć pokrywę z zamkniętą zaślepką, rozdrobnić warzywa. Czas 5 sekund, prędkość 5.
2. Zdjąć pokrywę, wyjąć nóż, zamontować mieszadło. Przy pomocy silikonowej łopatkę zgarnąć warzywa ze ścianek naczynia.
3. Do naczynia wlać 30 g oleju. Założyć pokrywę z zamkniętą zaślepką, warzywa podsmażyć. Temperatura 100°C, czas 3 minuty, prędkość 1.
4. Zdjąć pokrywę, dodać 400 g obranych i pokrojonych w małą kostkę ziemniaków i 150 g obranej i pokrojonej w kostkę marchewki. Założyć pokrywę z zamkniętą zaślepką. Warzywa dalej podsmażać. Temperatura 100°C, czas 4 minuty, prędkość 1.
5. Zdjąć pokrywę. Do warzyw wlać 100 g wody, dodać 400 g krojonych pomidorów z puszki, 270 g czerwonej papryki pokrojonej w paseczki i 150 g pokrojonej w małą kostkę cukinii.
6. Wsypać przyprawy: 5 g soli, szczypta czarnego mielonego pieprzu, 5 g papryki mielonej słodkiej i szczypta papryki mielonej ostrej. Założyć pokrywę z otwartą zaślepką. Wszystko razem gotować. Temperatura 100°C, czas 25 minut, prędkość 1.
7. Zdjąć pokrywę. Gulasz warzywny podać z pieczywem lub ugotowanym białym

ryżem.

Wskazówki :

Czas gotowania warzyw zależy będzie od tego w jak dużą kostkę zostały pokrojone.
W razie potrzeby wydłużyć czas ich gotowania o kilka minut.