

Bób na sposób włoski

Przepis

Informacje :

Stopień trudności: łatwy

Czas przygotowania: 5 min

Liczba porcji: 2

Czas gotowania: 15 min

Użyte akcesoria :

- nóż
 - mieszadło
 - koszyczek
-

Przygotowanie :

Krok 1 - Przygotować produkty: bób jeśli mrożony - rozmrozić, opłukać, wsypać do koszyczka do gotowania. Cebule obrać, przekroić na mniejsze części, czosnek obrać.

Krok 2 - Do dzbanka wlać 1,8 litra wody, wsypać sól (1 łyżka). Zamknąć pokrywą z zamkniętą zaślepką, zagotować - funkcja Gotowanie (ok 10 min).

Krok 3 - Do gorącej wody włożyć koszyczek z bobem, zamknąć pokrywą dzbanka z zamkniętą zaślepką. Gotować - temperatura 100°C, czas 8 minut.

Krok 4 - Otworzyć naczynie, za pomocą miarki wyjąć koszyczek z bobem, przełożyć bób do innego naczynia. Z dzbanka wylać wodę, opłukać go i osuszyć.

Krok 5 - W naczyniu miksującym umieścić nóż, włożyć suszone pomidory i liście bazylii, zamknąć pokrywę dzbanka z zamkniętą zaślepką. Posiekać - czas 6 sekund, prędkość 6.

Krok 6 - Otworzyć pokrywę, za pomocą łopatkki wyjąć pomidory do innego naczynia. Do naczynia z nożem włożyć cebulę i czosnek, zamknąć pokrywę dzbanka, zamknąć zaślepkę, posiekać – czas 8 sekund, prędkość 6.

Krok 7 - Otworzyć pokrywę, za pomocą łopatkki zebrać cebulę i czosnek ze ścian naczynia. Dodać oliwę, zamknąć pokrywę, otworzyć zaślepkę. Podsmażyc – temperatura 115°C, czas 4 minuty, prędkość 2, obroty wsteczne.

Krok 8 - Otworzyć pokrywę, wyjąć nóż, założyć mieszadło. Do cebuli dodać wodę, suszone pomidory z bazylią i bób, dodać pieprz. Zamknąć pokrywę dzbanka z zamkniętą zaślepką, gotować - temperatura 100°C, czas 8 minut, obroty 1.

Krok 9 - Otworzyć pokrywę, potrawę przełożyć na talerze.

Wskazówki :

Bób można podawać jako samodzielne danie, np. z bagietką lub jako dodatek warzywny do dań głównych.

Młodego bobu nie trzeba obierać ze skórki. Jeśli bób jest duży, starszy, można go obrać.

Bób mrożony należy wsypać do koszyczka i gotować 2-3 minuty dłużej.