

Gulasz warzywny

Przepis

Informacje :

Stopień trudności: łatwy

Czas przygotowania: 25 min

Liczba porcji: 4

Czas gotowania: 45 min

Użyte akcesoria :

- nóż
 - mieszadło
 - koszyczek
 - naczynie do gotowania na parze
-

Przygotowanie :

Krok 1 - Przygotować produkty: bataty obrać, pokroić w kostkę ok. 1,5cm, włożyć je do koszyczka do gotowania. Cebulę i czosnek obrać. Paprykę świeżą oczyścić z nasion, pokroić w kawałki ok. 2x2cm. Seler naciowy obrać z włókien, pokroić na kawałki ok. 0,5cm. Brukselkę umyć, większe przekroić na pół. Dynię obrać, pokroić w kostkę ok 1,5x1,5cm. Marchew obrać, pokroić w plastry ok. 0,5cm grubości.

Krok 2 - Do pojemnika do gotowania na parze włożyć marchew, kalafiora i brukselkę, na tacce ułożyć pokrojoną dynię.

Krok 3 - Do naczynia miksującego wlać 1,5 litra wody, włożyć koszyczek z batatami, zamknąć pojemnikiem i tacką do gotowania na parze z warzywami, przykryć pokrywą. Gotować - temperatura 105°C, czas 20 minut, prędkość 1.

Krok 4 - Zdjąć pojemnik z warzywami, za pomocą miarki wyjąć koszyczek z batatami. Wylać wodę z dzbanka, umyć go i osuszyć.

Krok 5 - Do naczynia miksującego włożyć nóż, cebulę i czosnek. Zamknąć pokrywę dzbanka z zamkniętą zaślepką, posiekać – czas 6 sekund, prędkość 6.

Krok 6 - Otworzyć pokrywę, Za pomocą łopatkki zebrać cebulę ze ścian naczynia. Usunąć nóż, włożyć mieszadło. Do naczynia włożyć bataty, marchew, kalafiora, brukselkę, paprykę, selera naciowego i dynię. Dodać 1 łyżeczkę soli, 0,5 łyżeczki pieprzu , 1 łyżeczkę wędzonej papryki mielonej i 2 łyżeczki majeranku. Wlać pomidory z puszki, dolać tyle wody, żeby tylko przykryć warzywa. Zamknąć pokrywę, zamknąć zaślepkę. Gotować gulasz - temperatura 100°C, czas 12 minut, prędkość 1.

Krok 7 - W miseczce wymieszać 50ml śmietanki, 30ml wody, 1 czubatą łyżeczkę koncentratu pomidorowego 1 2 łyżki mąki pszennej. Wymieszać tak, aby nie było grudek (najlepiej różgą kuchenną).

Krok 8 - W miseczce wymieszać śmietankę, koncentrat pomidorowy, mąkę i 30ml wody.

Krok 9 - Otworzyć pokrywę, do gulaszu dodać rozmieszaną mąkę z koncentratem i śmietanką. Zamknąć pokrywę, gotować - temperatura 100°C, czas 3 minuty, prędkość 2.

Krok 10 - Otworzyć pokrywę. Gulasz przełożyć na talerze lub do miseczek. Podawać z chrupiącym pieczywem.