





Karaibska potrawa Pepperpot

Pepperpot to tradycyjne danie kuchni karaibskiej, które często jest przygotowywane na bazie mięsa, warzyw i przypraw. Charakteryzuje się intensywnym smakiem i aromatem, często zawdzięczanym obecności ostrej papryki oraz mieszance przypraw, takiej jak przyprawa Jerk.

 Czas na High: 4-5H

 Ilość porcji: 3-5

 Czas na Low: 6-7H

 Czas przygotowania: 15

Składniki

- 1 łyżka oliwy z oliwek
- 1 duża czerwona cebula, pokrojona w plastry
- 1 czerwona papryka, pokrojona w kawałki o długości 2,5 cm
- 1 żółta papryka, pokrojona w kawałki o długości 2,5 cm
- 2 ząbki czosnku, drobno posiekane
- 1 łyżka drobno posiekanego imbiru
- ½ ostrej papryczki Scotch bonnet
- 3 łyżeczki przyprawy Jerk
- 1 duży batat, obrany i pokrojony w kostkę około 400 g
- 1 bakłażan, pokrojony w kawałki
- 3 łyżki przecieru pomidorowego
- Puszka 400 g posiekanych pomidorów
- 200 ml bulionu warzywnego
- Puszka 400 g białej fasoli, przepłukana i odcedzona
-
- Na kluski
- 120 g mąki pszennej
- Szczypta soli
- Zimna woda
- Do podania - posiekana kolendra
-



Wykonanie:

Na patelni, dodaj olej i podgrzej. Dodaj cebulę i delikatnie przysmaż, pozwalając na lekkie zrumienienie. Dodaj paprykę i kontynuuj duszenie przez kolejne 5 minut.

Dodaj czosnek, imbir i papryczkę, dokładnie wymieszaj.

Dodaj przyprawę Jerk i duś przez kolejną minutę.

Przenieś składniki do miski wolnowaru.

Umieść misę w podstawie Crockpot, dodaj bataty, bakłażana, przecier pomidorowy, pomidory i bulion, dokładnie wymieszaj.

Przykryj pokrywką i gotuj na małym ogniu przez 6-7 godzin lub na wysokim przez 4-5 godzin.

Podczas gotowania potrawy przygotuj kluski.

Umieść mąkę i sól w misce, dodaj trochę zimnej wody, aby utworzyć ciasto.

Możesz dodać trochę przyprawy Jerk, jeśli lubisz bardziej pikantną alternatywę.

Zagnieć ciasto w kulę i pozostaw na 10 minut.

Podziel na małe kawałki, razem 12.

Weź kawałek ciasta i uformuj kulkę, następnie rozwałkuj między dłońmi, tworząc kształt cygara. Powtórz z pozostałym ciastem.

30 minut przed końcem gotowania, wymieszaj fasolę, a następnie umieść kluski w misie wolnowaru, przykryj pokrywką i pozwól dokończyć gotowanie.

Podawaj posypane posiekaną kolendrą. Alternatywnie potrawę można podać tę potrawę z ryżem.