





## Morelowe Ragoût

Pyszna potrawa kuchni francuskiej z morelami

 Czas na High: 0-

 Czas na Low: 8-10H

 Ilość porcji: 3-5

 Czas przygotowania: 15

### Składniki

- 400 g wołowiny bez kości, pokrojonej na kawałki wielkości kęsa
- 2/3 szklanki soku morelowego
- 1 szklanka średnio gęstej salsy
- 1 łyżeczka przyprawy korzennej
- 1/4 łyżeczki soli
- 1/2 szklanki posiekanych suszonych moreli
- 1/2 szklanki pokrojonej zielonej cebuli
- 3 łyżki wody
- 2 łyżki mąki uniwersalnej
- 3 szklanki gorącego ugotowanego ryżu
- 1/4 szklanki posiekanej świeżej kolendry
- 



### Wykonanie:

Umieść wołowinę, sok, salsę, przyprawę korzenną i sól w wolnowarze Crockpot. Przykryj gotuj na niskim poziomie LOW przez 8 do 10 godzin.

Przełącz wolnowar Crockpot na tryb HIGH. Dodaj morele i zieloną cebulę. Przykryj gotuj 10 minut.

Wymieszaj wodę i mąkę w małej misce do uzyskania gładkiej konsystencji. Dodaj do wolnowaru Crockpot dobrze wymieszaj. Przykryj gotuj na HIGH 15 minut lub do zgęstnienia.

Podawaj na ryżu. Udekoruj kolendrą.