




Wieprzowina z gruszkami i pomarańczami

Coś absolutnie wyjątkowego i pysznego - wieprzowinę gotowaną w sosie z granatu z dodatkiem soczystych owoców.

 Czas na High: 15 min

 Czas na Low: 0-

 Ilość porcji: 3-5

 Czas przygotowania: 20

Składniki

- ½ szklanki soku z granatów
- 1 łyżka cukru
- 1 łyżka soli czosnkowej
- 1 łyżka przyprawy do steków
- ¾ łyżeczki czarnego pieprzu
- 1,8 kg wieprzowiny bez kości
- 2 gruszki, wydrążone, obrane i pokrojone w plastry 1,5 cm
- 1 pomarańcza ze skórką, pokrojona w plastry 0,5 cm



Wykonanie:

W multicookerze Crockpot wymieszaj sok z granatów i cukier. Ustaw funkcję BROWN/SAUTÉ i gotuj na HIGH 2 minuty.

W małej misce połącz sól czosnkową, przyprawę do steków i pieprz. Natrzyj tą mieszanką wieprzowinę. Umieść wieprzowinę w szybkowarze, dodaj mieszankę soku z granatów. Ułóż na wierzchu plastry gruszki i pomarańczy.

Zamknij pokrywę szybkowaru, ustaw funkcję MEAT/STEW na HIGH na 20 minut.

Po ugotowaniu pozwól na naturalne zwolnienie ciśnienia przez 10 minut, następnie zwolnij pozostałe ciśnienie. Wyjmij mięso i owoce.

Ustaw funkcję BROWN/SAUTÉ, dodaj pozostałe gruszki do płynu i gotuj przez 10 minut. Podawaj wieprzowinę z sosem i owocami.