

Зяец тушёный в мультиварке "Спринт" (khurs.ru - 2023)

1. Масло растительное
2. Лук репчатый нарезать крупными квадратиками
3. Морковь режем короткой соломкой
4. Мясо зайца, разделанное порционно
5. Специи: сушёная измельчённая зелень кинзы, сушёная смесь томатов, базилика и чеснока, мускатный орех молотый, лимонный перец молотый, соль
6. Чеснок нарезать тонкими пластинками
7. Картофель нарезать средними кусочками
- * 2-7 уложить послойно
8. Горячая вода до уровня укладки продуктов

Тушение в мультиварке в режиме "Духовка" 2х60 минут

Тушёный
заяц

Тушение

1. Заяц – 1 тушка (некрупная)
2. Лук репчатый – 0,4-0,45 кг
3. Морковь – 100-150 г
4. Перец красный сладкий – 250-300 г
5. Картофель – 0,9-1,0 кг
6. Чеснок – 2-3 зубчика
7. Сушёная измельчённая зелень кинзы – 1 ст. ложка
8. Сушёная смесь томатов, базилика и чеснока – 0,7-0,8 ст. ложки
9. Мускатный орех молотый – 0,3-0,4 ч. ложки
10. Лимонный перец молотый – 0,25-0,3 ч. ложки
11. Масло растительное – 20-25 г
12. Соль – 0,7-0,9 ст. ложки
13. Вода горячая – 0,6-0,8 л



Зяц тушэный в мультиварке "Спринт"



1. Разделяем тушку зайца порционно



2. Чистим и режем лук репчатый крупными квадратиками



3. Чистим и режем морковь короткой соломкой



4. Лук и морковь выкладываем на тарелку



5. Берём перец сладкий красный



6. Режем перец сладкий красный короткой толстой соломкой



7. Чистим и режем картофель некрупно



8. Составляем пропорции специй



9. Перемешиваем специи



10. Режем чеснок тонкими пластинками



11. Берём масло растительное



12. Наливаем масло и кладём слой лука в чашу мультиварки

Заяц тушёный в мультиварке "Спринт"



13. Кладём слой моркови в чашу мультиварки



14. Кладём слой перца сладкого красного в чашу мультиварки



15. Кладём слой мяса зайца в чашу мультиварки



16. Кладём часть специй в чашу мультиварки



17. Кладём слой лука и моркови в чашу мультиварки



18. Кладём слой мяса зайца в чашу мультиварки



19. Кладём часть специй в чашу мультиварки



20. Кладём слой перца сладкого красного в чашу мультиварки



21. Кладём картофель в чашу мультиварки



22. Наливаем горячую воду в чашу мультиварки



23. Готовим в мультиварке 2х60 минут в режиме "Духовка"



24. Можно подавать на стол