

AMC Produkte:

Navigenio
3,0l/4,0l/4,5l/ Topf
20cm Secuquick
Audiotherm

Zutaten für den Plow:

500g Schweine Nackensteak
3 Knoblauchzehen
3 große Möhren
1 große Gemüsezwiebel
2 Lorbeerblätter
350g Idealreis
2TL Gemüsebrühe
Wasser
4cl Olivenöl



Zubereitung für den PowerPlow

1. 4 Liter Topf auf das Fenster „Fleisch“ aufheizen (Navigenio auf „A“)
2. In der Zwischenzeit Zwiebeln und Möhren kleinscheiden
3. Das Schweinenackensteak in Würfel schneiden und gut würzen
4. Das Schweinenackensteak gut von allen Seiten anbraten
5. Zwiebeln und Möhre hinzugeben
6. Anschließend alles noch einmal gut mit Salz und Pfeffer würzen
7. Reis in den Topf hinzufügen und eine gerade Fläche im Topf bilden
8. Wasser mit Gemüsebrühe in den Topf geben. Es sollte soviel Wasser im Topf sein, sodass ca. die Flüssigkeit 1cm über dem Reis ist.
9. Knoblauchzehe und Lorbeerblätter hinzugeben
10. Secuquick auf dem Topf und verschließen. Navigenio auf Automatik stellen und den Audioterm für 6 Minuten auf Stufe „Turbo“ stellen.
11. Nach der Garzeit die Navigenio ausschalten und Druck aus dem Secuquick entlassen.

KOCH DICH *Happy*.DE

