

Fjeld Gullash (2018):

Ingredienser:

Løg	2 stk skivet og tørret
Hvidløg	2 fed skivet og tørret
Peberfrugt	2 stk skivet og tørret
Gulerod	6 stk tørret i tynde korte strimler
Tomat	8 stk skivet og tørret
Bacon krydderi	efter behov
Soya bites	40 g per person
Sovsejævner	kartoffelmospulver efter behov
Salt	efter behov
Vand	¾ liter
Ris	3 kogeposer ris til 4 personer

Forberedelse:

Løg og hvidløg tørres for sig. Pakkes i papirpose.
Peberfrugter, Gulerødder, tomater tørres samlet, og pakkes i papirpose.
Øvrige komponenter medbringes eller pakkes separat.

Jeg pakker ingredienserne i papirposer, og vacuumpakker det i en fælles pose. Ved at vacuumpakke har jeg automatisk en kvalitetskontrol på om der er opstået huller i pakningen, hvor fugt kan trænge ind. Til længere opbevaring kan der lægges en pose silicagel i pakningen.

Tilberedning:

Kog vand. Sæt løg og hvidløg til opblødning i mug. Sæt øvrige grøntsager til opblødning i den lille gryde. Lad det stå i termoposen mindst 20 min, og gerne længere.

Svits løg og hvidløg i den store trangiagryde. Tilsæt ¾ liter varmt vand og de øvrige grøntsager, samt salt. Efter 5 min tilsættes soya bites og bacon krydderi. Spæd evt. op med lidt vand, så det er flydende.

Kog 10 min og jævn retten til den er lind. Sovsen tykner når den køles af. Sæt gryden med låg i termopose, så den holder varmen.

Kog vand op i kelly så det er klar når Gullashen er færdig. Kog risen i kogeposer ad flere omgang. Husk at salte vandet før risen lægges i.