

Ingredientes:



Además: 4 c. s. pimentón dulce, sal y pimienta recién molida.

Preparación:

- Corte primero la carne de ternera. Pele las cebollas y los ajos. Parta la cebolla por la mitad y córtela en rodajas finas. Pique el ajo con la mejorana y el comino.

- Ponga la manteca en la olla del AutoCook. Seleccione el programa **Estofar largo** y ajuste 10 minutos en el temporizador. Pulse el botón de **Inicio para fase 1**.

- Deje que se derrita la manteca con la **tapa abierta**, después, añada las cebollas y fríalas con la **tapa abierta**, removiendo de vez en cuando hasta que suene la señal.

Mezcle después el pimentón y la mezcla de comino con las cebollas y agregue inmediatamente vinagre para desglasar. Ponga la carne junto con 250 ml de agua y salpimiente. **Cierre la tapa**.

- Ajuste 1 h 40 minutos en el temporizador. Si selecciona la función de cocción exprés en el AutoCook Pro: añada sólo 125 ml de agua. Bloquee la tapa con el botón giratorio y ajuste 1 h en el temporizador. Pulse el botón de **Inicio para fase 2**.

- Cuando suene la señal, abra la tapa, remueva el goulash y condimente con sal y pimienta.

RACIONES: 4-6

Programa: Estofar largo

Calorías por ración: 479 kcal

Tiempo de cocción (sin precalentamiento):

AutoCook - 1 h 50 min.

AutoCook Pro - 1 h 10 min.

GOULASH a la vienesa

