

CONGER EEL STEW



Loại: Món chính gồm cá và thịt

Thích hợp cho máy:
- Supercook SC400

THÀNH PHẦN ĐỐI VỚI 8 LẦN GIAO BÓNG

6-8 cái	conger eel or fish of your choice (medium pieces)
80 mi li lít	olive oil
500 gram	diced potatoes
3 Đỉnh hương	peeled garlic
1	cebolla cortada en pluma
1 muỗng canh 15ml	color chili pepper
2 muỗng canh 15ml	oregano
1	sliced carrots
1	julienned red pepper
150 mi li lít	white wine
2 lá cây	laurel
80 mi li lít	cream
1	fish broth cube
1500 mi li lít	water, hot
	chopped parsley to decorate
	salt and pepper to taste

TÍNH BỀN C - CHUỖN B

CÔNG C



Thìa



Vapore



Giỏ hấp