

Irish stew

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



ΥΛΙΚΑ

- Για το πιάτο
 - 900 γρ. αρνίσια σπάλα, χωρίς κόκαλο
 - 700 γρ. ζωμό μοσχάρι ή κοτόπουλο
 - 250 γρ. κρεμμύδι κοκκάρι, καθαρισμένο
 - 250 γρ. πατάτες, κομμένες σε χοντρά καρέ
 - 120 γρ. σελινόριζα, κομμένη σε χοντρά καρέ
 - 120 γρ. καρότο, κομμένο σε χοντρά καρέ
 - 120 γρ. γογγύλι, κομμένο σε χοντρά καρέ
 - 10 γρ. μαϊντανό, ψιλοκομμένο
 - 10 γρ. θυμάρι, ψιλοκομμένο
 - αλάτι

ΓΙΑ 4 ΜΕΡΙΔΕΣ

45 λεπτά

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Για το πιάτο Κόβουμε το αρνί σε κύβους των 5 εκ. και αλατίζουμε.

Σε μια κατσαρόλα ζεσταίνουμε τον ζωμό και αλατίζουμε.

Προσθέτουμε τα κομμάτια του αρνιού και μαγειρεύουμε σε χαμηλή θερμοκρασία μέχρι να μαλακώσει σχεδόν το κρέας, ανακατεύοντας κατά διαστήματα και ξαφρίζοντας συχνά.

Στη συνέχεια προσθέτουμε τα λαχανικά, συνεχίζοντας το μαγείρεμα μέχρι να μαλακώσουν κι αυτά.

Αλατίζουμε και προσθέτουμε τον ψιλοκομμένο μαϊντανό και το θυμάρι.

Πηγή: yiannislucacos.gr