

Chowder Souper réconfortant au boeuf haché et légumes

2 lbs de bœuf haché
2 c. à soupe d'huile
4-5 carottes en rondelles
3-4 patates en dés
3-4 céleris (ou haricots verts) en morceaux
1½ tasse d'eau
Épices italiennes au goût
1 grosse conserve de tomates en dés
1 conserve de soupe tomates
1 tasse de riz
Sel/Poivre au goût



Faire revenir le bœuf en mode **SAUTÉ HIGH** avec un peu d'huile d'olive. Ajouter ensuite les légumes, l'eau, les épices et je mélangé le tout. Verser les conserves et ajouter finalement le riz en laissant tout ça sur le dessus sans brasser. Cuisson 8 minutes à **MANUAL/PRESSURE COOK HIGH** et QR (dépressurisation rapide). Saler et poivrer au goût.

Source : M-F Quirion