

# Ragoût irlandais

🍴 1 portions · ⌚ prep. 5m · 🕒 cuisson 25m

Ragoût déshydraté au bœuf, pommes de terre et légumes. Prêt en 25 minutes.  
Variante authentique à la Guinness possible.

Monde

## INGRÉDIENTS

<input type="checkbox"/> pommes de terre déshydratées	<b>1 tasse</b>
<input type="checkbox"/> bœuf déshydraté	<b>1 tasse</b>
<input type="checkbox"/> carottes déshydratées	<b>2 càc</b>
<input type="checkbox"/> haricots verts déshydratés	<b>1 càs</b>
<input type="checkbox"/> oignon rouge caramélisé lyophilisé	<b>1 càs</b>
<input type="checkbox"/> sauce au bœuf en poudre	<b>1 càs</b>
<input type="checkbox"/> thym séché	<b>1 càc</b>
<input type="checkbox"/> bouillon en poudre	<b>1 càc</b>
<input type="checkbox"/> eau	<b>300 ml</b>

## PRÉPARATION

— Préparation à la maison —

1. Mélanger les *pommes de terre déshydratées*, le *bœuf déshydraté*, les *carottes déshydratées*, les *haricots verts déshydratés*, l'*oignon rouge caramélisé lyophilisé*, la *sauce au bœuf en poudre*, le *thym séché* et le *bouillon en poudre* dans un sac hermétique.

— Utilisation sur le trail —

2. Verser le mélange dans une *casserole*. Ajouter *eau*, porter à ébullition. Retirer du feu, couvrir et laisser reposer *20 minutes*.

*Pour une version irlandaise authentique, remplacer 6 cl d'eau par de la bière brune Guinness.*

dehydrated