

Oeuf lait coco recette cookeo



Oeuf lait coco recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

1 boîte de lait concentré sucré (397 g)

Equivalent en lait

Nappage caramel

100 g de poudre de noix de coco

4 œufs

400 ml de lait

400 ml d'eau

30 g de maïzena

Préparation

Dans un saladier mélangez le lait concentré. Versez le lait dans la boîte de lait concentré que vous avez versée dans le saladier.

Cassez les œufs puis mélangez avec le lait.

Ajoutez la maïzena au reste de la préparation, mélangez. Versez la noix de coco râpée.

Versez toute la préparation dans un moule. Placez le moule dans le panier vapeur du cookeo.

Versez 400 ml d'eau dans la cuve puis placez le panier vapeur.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 15 mn

Ouvrez le cookeo et laissez refroidir à l'air libre puis placez au frigo [au moins 1 h.](#)

[OEUFS LAIT COCO au cookeo](#) par [jphil3600](#)

[Soupe poires sirop d'agave au cookeo](#)



Soupe poires sirop d'agave au cookeo

200 CALORIES 3 PP 3 SP

Ingrédients

1 kg de poires coupées en morceaux

70 ml d'eau

30 ml de jus de citron

Sirop d'agave

2 yaourts nature brassés

Préparation

Epluchez et coupez les poires en morceaux .

Déposez les morceaux de poires. Versez l'eau et le jus de citron

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 6 mn

Pendant la cuisson des morceaux de poires préparez vos verrines ou ramequins ou verres.

Versez du sirop d'agave dans les récipients puis partagez les 2 yaourts nature brassés

Quand la cuisson est terminée ouvrez votre cookeo et laissez refroidir.

Mixez .

Versez la soupe dans les récipients . Déposez les récipients dans le frigo au moins 2 h .

[soupe de poire au sirop d'agave cookeo](#) *par*