

Fiche cookeo steaks hachés  
haricots verts



Fiche cookeo  
steaks hachés haricots verts

**266 CALORIES 8 PP 13 SP**



## Steaks hachés haricots verts cookeo

266 CALORIES 8 PP 13 SP



### Ingrédients pour 5 personnes

5 steaks hachés  
500 grammes de haricots verts  
1 gros oignon  
Sel poivre  
400 ml d'eau  
1 cube de bouillon de bœuf  
Persil coupé déshydraté  
Huile d'olive

### Préparation

#### Mode dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve et faites revenir les steaks hachés

Au bout de 2 minutes ajoutez les oignons pour faites dorer

Ajoutez les haricots verts

Saupoudrez de persil ,salez et poivrez selon votre convenance

Verser l'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté

**Cuisson rapide ou cuisson sous pression**

Programmez 5 minutes

Servez chaud