

# Boeuf pommes de terre carottes recette cookeo



Boeuf pommes de terre carottes recette cookeo

## Ingrédients

500 g de bœuf à Bourguignon

800 g de carottes

400 g de carottes

25 g de beurre

200 ml de vin rouge

300 ml d'eau

1 cube de bouillon de bœuf

Sel

Poivre

2 cuillères à café de concentré de tomates

## Préparation

Préparez un bouillon avec 20 ml de vin rouge, 300 ml d'eau et un cube de bouillon de bœuf émietté

### **Mode dorer**

Déposez le beurre dans la cuve du Cookeo

Quand le beurre est fondu faites revenir la viande

Versez le bouillon préparé

Poivrez

### **Cuisson rapide oui sous pression programmez 35 mn**

Quand la cuisson est terminée ajoutez les légumes dans la cuve et **reprogrammez 6 mn de cuisson**

Quand la deuxième cuisson est terminée ajoutez le concentré de tomates et mélangez .

Servez chaud

---

# **Boulettes boeuf petits pois pommes de terre cookeo**



# **Boulettes boeuf petits pois pommes de terre cookeo**

## **Ingrédients pour 4 personnes**

12 boulettes de bœuf

500 g de petits pois congelés

500 g de pommes de terre

1 cube de bouillon de boeuf

100 ml de vin blanc

200 ml d'eau

1 oignon

2 cuillères à soupe d'huile

Sel

Poivre

Curry

## **Préparation**

Epluchez, passez sous l'eau et coupez les pommes de terre en morceaux

Coupez l'oignon en morceaux puis passez le hachoir éventuellement

Préparez un bouillon avec 200 ml d'eau ,100 ml de vin blanc et un cube de bouillon de bœuf émietté.

## **Mode dorer**

Versez l'huile dans la cuve et faites revenir les boulettes de bœuf.

Faites ensuite revenir l'oignon haché ou en morceaux

Salez et poivrez.

Saupoudrez de curry

Ajoutez les petits pois et les morceaux de pommes de terre

Versez le bouillon que vous avez préparé

## **Cuisson rapide ou pression**

Programmez 8 mn de cuisson

Servez chaud.

---

# **Boeuf champignons carottes**

# recette cookeo



## Boeuf champignons carottes recette cookeo

### Ingrédients pour 4 personnes

800 g de bœuf à bourguignon

500 g de carottes

400 g de champignons de Paris frais ou congelés

1 oignon ou 100 g d'oignons congelés

100 ml de vin blanc

200 ml d'eau

1 cube de bouillon de bœuf

10 ml de cognac

Sel

Poivre

30 g de beurre

### **Préparation**

Préparez un bouillon avec 200 ml d'eau et 100 ml de vin blanc et 10 ml de cognac et un cube de bouillon de boeuf

Epluchez et coupez les carottes en morceaux ou en rondelles

Lavez et coupez les champignons de Paris si ce sont des frais

Emincez l'oignon si c'est du frais

### **Mode dorer**

Déposez le beurre dans la cuve. Faites les morceaux de bœuf et d'oignon quand le beurre a fondu.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Versez le bouillon préparé dans la cuve dans la cuve

### **Cuisson rapide ou sous pression**

Programmez 35 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez les morceaux de carottes et de les champignons de Paris

Reprogrammez 7 mn de cuisson

Servez chaud

---

# Boeuf pommes de terre vin rouge cookeo



## Boeuf pommes de terre vin rouge cookeo

**Ingrédients pour 4 personnes :**

800 g de bœuf

800 g de pommes de terre

200 ml de vin rouge

200 ml d'eau

30 g de beurre

1 oignon

1 cube de bouillon de bœuf

1 petite boîte de concentré de tomates

Sel et poivre

## **Préparation**

Epluchez, passez sous l'eau et coupez les pommes de terre en morceaux

Coupez la viande en morceaux

Préparez un bouillon avec 200 ml d'eau ,200 ml de vin rouge et un cube de bouillon de bœuf émietté.

## **Mode dorer**

Déposez le beurre dans la cuve puis faites dorer les morceaux de bœuf

Versez un bouillon composé de 200 ml de vin rouge et 200 ml d'eau et d'un cube de bouillon de bœuf.

Salez et poivrez selon votre convenance.

## **Cuisson rapide ou Cuisson sous pression : 35 min**

Quand la cuisson est terminée ajoutez les morceaux de pommes de terre

Reprogrammez 6 mn de cuisson sous pression ou cuisson rapide

Ajoutez le concentré de tomates quand la cuisson est terminée. Servez chaud

## **Pour une sauce plus épaisse repassez en mode dorer**

. Ajoutez une cuillère à soupe de maïzena (mélangez avant avec un peu d'eau pour éviter les grumeaux) et mélangez jusqu'à ce que la sauce épaississe.

Servez chaud

---

# Boeuf vin rouge oignons cookeo



## Boeuf vin rouge oignons cookeo

**Ingrédients pour 4 personnes :**

800 g de bœuf

100 ml de vin rouge

100 ml d'eau

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 petite boîte de concentré de tomates

1 oignon ou 100 g d'oignons congelés

1 bouquet garni

1 cube de bouillon de bœuf

Sel et poivre

## **Préparation**

Coupez la viande en morceaux

Coupez l'oignon en morceaux si c'est de l'oignon frais

## **Mode dorer**

Versez l'huile dans la cuve puis faites dorer les morceaux de bœuf

Ajoutez les morceaux d'oignon.

Ajoutez le bouquet garni

Versez un bouillon composé de 100 ml de vin rouge et 100 ml d'eau et d'un cube de bouillon de boeuf.

Salez et poivrez selon votre convenance.

## **Cuisson rapide ou Cuisson sous pression : 35 min**

Quand la cuisson est terminée enlevez le bouquet garni

Ajoutez le concentré de tomates

## **Pour une sauce plus épaisse repassez en mode dorer**

. Ajoutez une cuillère à soupe de maïzena (mélangez avant avec un peu d'eau pour éviter les grumeaux) et mélangez jusqu'à ce que la sauce épaississe.

Servez chaud avec un féculent de votre choix

---

# Boeuf au vin blanc recette cookeo



## Boeuf au vin blanc recette cookeo

### Ingrédients pour 4 personnes

800 g de viande de bœuf

100 g d'oignons ou 2 oignons

1 grosse boîte de champignons de Paris

8 pommes de terre

1 cube de bouillon de bœuf

Sel

Poivre

200 ml de vin blanc

100 ml d'eau

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

## **Préparation**

Lavez les champignons et coupez- les en morceaux si ce sont des champignons frais sinon égouttez la boîte de champignons et passez les champignons sous l'eau.

Epluchez les pommes de terre ,passez les sous l'eau et coupez les en morceaux .

Coupez les oignons en morceaux

Coupez la viande en morceaux

Versez l'huile d'olive dans la cuve

Quand l'huile est chaude faites revenir les oignons puis la viande de bœuf coupée en morceaux

Versez un bouillon composé de 200 ml de vin blanc ,100 ml d'eau et d'un cube de bouillon de bœuf émietté

Salez et poivrez selon votre convenance

## **Cuisson rapide ou sous pression**

Programmez 35 mn

Quand la cuisson est terminée ,ajoutez les morceaux de pommes de terre et les champignons de Paris .

Reprogrammez 7 mn de cuisson rapide ou sous pression .

Servez chaud

---

# Boeuf bourguignon tex mex cookeo



## Boeuf bourguignon tex mex cookeo

### Ingrédients pour 4 personnes

800 g de viande à Bourguignon

4 oignons sauciers

1 petite boîte de haricots rouges

1 petite boîte de tomates pelées

1 à 2 cuillères à soupe de maïzena

150 ml de vin rouge

50 ml d'eau

1 cube de bouillon de bœuf

1 petite boîte de mais

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 cuillères à soupe d'épices à Chili

Sel

Poivre

### **Préparation**

Egouttez le maïs, les haricots rouges.

Coupez les oignons sauciers en 2.

Préparez un bouillon avec 150 ml de vin rouge ,50 ml d'eau et un cube de bouillon de bœuf émietté.

### **Mode dorer**

Versez l'huile d'olive dans la cuve, quand l'huile est chaude faites revenir les oignons sauciers coupés en 2 pendant 1 à 2 mn.

Ajoutez ensuite la viande coupée en morceaux et faites dorer 2 mn

Ajoutez la boîte de tomates pelées et les haricots rouges.

Saupoudrez avec les épices à Chili.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Versez le bouillon vin rouge, eau, cube de bœuf émietté.

### **Cuisson rapide ou sous pression**

Programmez 35 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez le maïs, le concentré de tomates et mélangez.

### **Repassez en mode dorer**

Ajoutez la cuillère à soupe de maïzena, mélangez au fur et à mesure jusqu'à l'épaississement de la sauce. Pour une sauce plus épaisse ajoutez une nouvelle cuillère à soupe de maïzena.

Servez chaud avec du riz par exemple.

Widgets Amazon.fr

Widgets Amazon.fr

---

**Boeuf tomates recette cookeo**



## Boeuf tomates recette cookeo

### Ingrédients pour 4 personnes :

800 g de bœuf coupé en morceaux

200 g de lardons

50 ml de vin blanc

200 ml d'eau

1 cuillère à soupe d'huile d'olive

1 cube de bouillon de boeuf

100 g d'oignons congelés ou frais

600 g de champignons de Paris

Sel et poivre

Persil frais ou déshydraté

1 petite boîte de concentré de tomates

Curry

### Préparation

## **Mode dorer**

Versez l'huile dans la cuve puis faites dorer les oignons . Ajoutez la viande et les lardons

Ajoutez les champignons.

Versez un bouillon composé de 50 ml de vin blanc, 200 ml d'eau, d'un cube de bouillon de bœuf émietté.

Salez et poivrez selon votre convenance. Saupoudrez de curry.

Ajoutez du persil frais ou déshydraté

## **Cuisson rapide ou Cuisson sous pression : 40 min**

Quand la cuisson est terminée ajoutez le concentré de tomates et mélangez.

Servez chaud

---

# Boeuf champignons oignons cookeo



## Boeuf champignons oignons cookeo

### Ingrédients pour 4 personnes

800 g de viande de bœuf

100 g d'oignons ou 2 oignons

400 g de champignons de Paris

1 cube de bouillon de bœuf

Sel

Poivre

200 ml de vin blanc

100 ml d'eau

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

### **Préparation**

Lavez les champignons et coupez les en morceaux

Coupez les oignons en morceaux

Versez l'huile d'olive dans la cuve

Quand l'huile est chaude faites revenir les oignons puis la viande de bœuf coupée en morceaux

Ajoutez les champignons de Paris

Versez un bouillon composé de 200 ml e vin blanc ,100 ml d'eau et d'un cube de bouillon de bœuf émietté

Salez et poivrez selon votre convenance

### **Cuisson rapide ou sous pression**

Programmez 25 mn

Servez chaud

---

# Bœuf sauté aux oignons

## Recette cookeo



Bœuf sauté

aux oignons Recette cookeo 282  
CALORIES 8 PP 9 SP

**Ingrédients pour 4 personnes**

500 g de viande de bœuf

200 g de carottes

3 oignons

$\frac{1}{2}$  cuillère à café de gingembre

4 cuillères à soupe de sauce soja

2 cuillères à soupe de vinaigre de cidre

1 cuillère à café de sucre

200 ml d'eau

Sel

Poivre

Huile d 'olive

### **Préparation**

#### **Mode dorer**

Versez de l'huile dans la cuve et faites revenir les oignons puis la viande.

Ajoutez le vinaigre de cidre , la sauce soja ,le gingembre et le sucre. Salez et poivrez selon votre convenance.

Ajoutez les carottes.

Versez les 200 ml d'eau .

#### **Cuisson rapide ou sous pression**

Programmez 10 mn . Servez chaud avec un féculent de votre choix.