Gratin purée pommes de terre cookeo

Il est bien évident que le cookeo n’est pas un four mais il va me permettre de préparer les pommes de terre avant la cuisson finale au four . Certains le font dans une casserole ou un faitout moi je le fais au cookeo.

Gratin purée pommes de terre cookeo

Ingrédients pour 4 personnes
1 kg de pommes de terre coupées en morceaux
2 cuillères à soupe de crème fraîche

400 ml d’eau

1 cube de bouillon de bœuf sel et poivre

150 de gruyère râpé

Sel

Poivre

100 ml de lait

Préparation

Préchauffez votre four à 180°

Épluchez les pommes de terre, et passez les sous l’eau et coupez les en morceaux

Déposez dans la cuve les morceaux de pommes de terre

Versez le bouillon composé de 400 millilitres d’eau et d’un cube de bouillon de bœuf émietté

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou sous pression

Programmer 10 minutes

Quand la cuisson est terminée, égouttez le contenu de la cuve .

Replacez dans la cuve les morceaux de pommes de terre ajoutez les 100 ml de lait

Ecrasez les pommes de terre avec un presse purée.

Ajoutez la crème fraîche.

Dans un plat qui va au four déposer l’ensemble la préparation saupoudrez de gruyère

Faites cuire l’ensemble de la préparation pendant 5 minutes à 180 degrés

Passer en mode grill et laisser cuire entre 5 et 10 minutes

Servez chaud

Filet mignon Bourguignon cookeo

Filet mignon bourguignon cookeo

320 CALORIES 7 PP 8 SP

Ingrédients pour 4 personnes

1 filet mignon (600 g)

200 g de champignons de Paris frais ou congelés

200 g de carottes

2 cuillères à café de maizena dilué dans l’eau

200 ml de vin rouge

200 ml d’eau

2 cuillères à soupe de concentré de tomates

200 g d’oignons

1 cube de bouillon de bœuf

3 cuillères à soupe d’huile d’olive

Sel

Poivre

Préparation

Mode dorer

Versez de l’huile d’olive dans la cuve et faites revenir les oignons, le filet mignon

Ajoutez les carottes et les champignons puis versez un bouillon composé de 200 ml de vin rouge ,200 ml d’eau et un cube de bouillon de bœuf émietté.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 25 mn

Quand la cuisson est terminée réservez votre filet mignon et coupez votre filet mignon en tranches .

Repassez en mode dorer

Ajoutez 2 cuillères de maïzena diluées dans de l’eau pour épaissir la sauce.

Ajoutez les cuillères de concentré de tomates .

Redéposez les tranches de filet mignon dans la cuve puis laissez mijoter 2 mn .

Servez chaud

Curry de légumes recette cookeo

Curry de légumes recette cookeo

250 CALORIES 5 PP 4 SP

Ingrédients pour 4 personnes

1 oignon

3 courgettes

3 tomates

1 aubergine

3 pommes de terre

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

Sel

Poivre

Curry

1 branche de persil

2 carottes

1 cube de bouillon de bœuf

50 ml de vin blanc

200 ml d’eau

Préparation

Coupez les carottes en rondelles.

Epluchez et coupez en morceaux les pommes de terre et rincez les sous

l’eau.

Lavez l’aubergine et les courgettes puis coupez-les en rondelles ou en morceaux.

Mode dorer

Versez l’huile d’olive dans la cuve. Quand l’huile est chaude faites dorer les oignons.

Ajoutez les morceaux de tomates au bout de 2 mn de fonction dorer

Ajoutez les courgettes et les morceaux d’aubergine et les pommes de terre.

Ajoutez les carottes

Salez et poivrez

Saupoudrez de curry.

Versez 200 ml d’eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté.

Versez 50 ml de vin blanc.

Ajoutez le persil ciselé.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn

Servez chaud

Riz moules gambas recette cookeo

Riz moules gambas recette cookeo

320 CALORIES 6PP 8 SP

Ingrédients pour 4 personnes
280 g de riz/ 350 g de moules congelées cuites / 4 gambas congelées /1 oignon /sel poivre /1 verre de vin blanc /300 ml d'eau/ 1 cube de bouillon de bœuf /2 cuillères à café de concentré de tomates

Préparation
Mode dorer
Versez de l'huile dans la cuve et faites revenir les oignons pendant une minute puis ajoutez les gambas et les moules.
Ajoutez le riz dans la cuve et versez un bouillon composé de 300 ml d'eau et d'un cube de bouillon de bœuf émietté
Salez et poivrez

Cuisson rapide ou sous pression
Programmez le temps indiqué sur le paquet de riz / 2

Quand la cuisson est terminée ajoutez 2 cuillères à café de concentré de tomates

Servez chaud

Pâtes poulet petits pois recette cookeo

Pâtes poulet petits pois recette cookeo

325 CALORIES 6 PP 5 SP

Ingrédients pour 4 personnes

400 g d’aiguillettes de poulet

400 g de petits pois

200 de pâtes

1 oignon

Huile

1 cube de bouillon de volaille

300 ml l d’eau

Sel

Poivre

Curcuma

Préparation

Mode dorer

Versez de l’huile dans la cuve et faites dorer les oignons pendant une minute puis ajoutez les aiguillettes de poulet .

Ajoutez ensuite les pâtes et versez un bouillon composé de 300 ml d’eau dans la cuve .

Ajoutez les petits pois puis salez et poivrez.

Saupoudrez de curcuma.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn

Servez chaud .

1500 Recettes cookeo PDF gratuit

1500 Recettes cookeo PDF gratuit

En ajoutant une centaine de recettes à l’ancien PDF , nous voilà arriver à 1500 recettes cookeo Ce PDF gratuit regroupe des recettes réalisées par de nombreuses cuisinières ou cuisiniers, plus bien sûr celles que je concocte quasiment tous les jours .

Pour cette version je suis revenu à un PDF unique avec une table des matières .J’espère que vous arriverez rapidement à

trouver les recettes que vous recherchez .

Pour télécharger cliquez ICI ou sur l’image

Riz brocolis mais recette cookeo

Riz brocolis mais recette cookeo

190 CALORIES 4 PP 4 SP

Ingrédients pour 4 personnes

280 g de riz basmati

3 échalotes

150 g de mais en conserve

10 bouquets de brocolis frais ou congelés

2 cuillères à soupe d’huile de tournesol

1 cube de bouillon de boeuf

Curry

Sel

Poivre

400 ml d’eau

Préparation

Coupez les échalotes en morceaux

Mode dorer

Versez l’huile dans la cuve puis quand l’huile est chaude faites revenir les morceaux d’échalote.

Ajoutez le riz .

Versez un bouillon composé de 400 ml d’eau et d’un cube de bouillon de bœuf.

Ajoutez les brocolis et le mais .

Salez et poivrez . Saupoudrez de curry.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez le temps indiqué sur le paquet de riz divisé par 2 .

Quand la cuisson est terminée servez chaud .

Confiture pommes orange recette cookeo

Confiture pommes orange recette cookeo

Ingrédients

1 kg de pommes

1 orange

700 g de sucre spécial confiture

Zeste d’orange

Préparation

Epluchez et coupez les pommes en morceaux.

Epluchez l’orange et prélevez les suprêmes et coupez-les en morceaux. Râpez quelques morceaux de zeste.

Déposez les morceaux de pommes , d’orange et le zeste dans la cuve.

Ajoutez le sucre et mélangez.

Mode dorer

Mélangez de temps en temps jusqu’à ébullition.

Laissez à ébullition pendant 5 mn puis éteignez votre cookeo.

Quand la cuisson est terminée mixez la préparation.

Versez la préparation des pots à confiture . Vissez le couvercle et retournez les pots.

Laissez refroidir à l’air libre. – https://all-free-films.net/moneyslot/kazino-na-rubli

Moules safran recette cookeo

Moules safran recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

1 litre de moules

2 gousses d’ail

2 échalotes

200 g de crème fraîche

Thym déshydraté

Persil congelé ciselé

100 ml de vin blanc

100 ml d’eau

1 demi dose de safran ou 3 filaments de safran

Huile d’olive

Préparation

Coupez l’ail en gros morceaux.

Coupez les échalotes en morceaux .

Mode dorer

Versez de l’huile d’olive dans la cuve et faites revenir les morceaux d’ail et d’échalote.

Versez le vin blanc et l’eau dans la cuve .

Salez, poivrez, saupoudrez de thym. Ajoutez le persil.

Ajoutez les moules dans la cuve.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn

Quand la cuisson est terminée réservez les moules en conservant le jus de cuisson (égouttoir plus saladier par exemple)

Reversez le jus dans la cuve puis ajoutez la crème et le safran .Mélangez.

Redéposez les moules dans la cuve,mélangez et et servez chaud

100 Recettes cookeo spéciales fêtes

100 Recettes cookeo spéciales fêtes

Voici une sélection de 100 recettes COOKEO spéciales fêtes.A vos cookeo!!! Pour télécharger le PDF cliquez ICI

Vous pouvez aussi télécharger gratuitement ce **PDF spéciale fêtes** du blog recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur. Vous y trouverez 160 idées recettes cookeo ou non pour les fêtes. Cliquez sur l’image ou ICI pour atteindre le PDF

LES RECETTES SPECIALES FETES

www.cookeojbh.fr

Compote 3 fruits recette cookeo

Compote 3 fruits recette cookeo

180 CALORIES 3 PP 3 SP

Voici une recette de compote aux 3 fruits au cookeo ,avec de la pomme de la pêche et de la poire.

Ingrédients

600 g de pommes en morceaux

200 g de poires coupées en morceaux

200 g de pêches coupées en morceaux

50 g de sucre

70 ml d’eau

Préparation

Coupez vos fruits en morceaux

Déposez les fruits dans la cuve

Versez le sucre et mélangez.

Versez l’eau .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 6 mn

Mixez l’ensemble de la préparation quand la cuisson est terminée.

Versez dans des pots ou un saladier . Laissez refroidir à l’air libre puis au frigo.

Côte de porc haricots verts cookeo

Côte de porc haricots verts cookeo

275 CALORIES 6 PP 5 SP

Ingrédients pour 4 personnes

4 côtes de porc

800 g d’haricots verts

200 g d’oignons

3 cuillères à soupe d’huile d’olive

Sel

Poivre

1 cube de bouillon de bœuf

Préparation

Mode dorer

Versez de l’huile d’olive dans la cuve

Faites revenir les oignons pendant une minute

Faites revenir les côtes de porc dégraissées et désossées avec les oignons jusqu’à 3mn

Saupoudrez de mélange 5 baies

Ajoutez les haricots verts.

Versez 300 ml d’eau avec un cube de bouillon de bœuf émietté

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn et fermez le couvercle

Egouttez l’ensemble de la préparation et dressez vos assiettes

Servez chaud

Purée lentilles carottes cookeo

Purée lentilles carottes cookeo

150 CALORIES 4 PP 2 SP

Ingrédients pour 4 personnes

250 g de lentilles

400 g de carottes

1 oignon

1 cube de bouillon de bœuf

Sel

Poivre

Préparation

Ajoutez un à un les ingrédients en commençant par les lentilles, les carottes, les morceaux d’oignons

Versez 1 l d’eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 25 mn

Passez l’ensemble des ingrédients au mixeur. Servez chaud.

Riz 3 légumes recette cookeo simple et rapide

Riz 3 légumes recette cookeo

CALORIES 180 4 PP 3 SP (programme liberté)

Ingrédients pour 4 personnes

240 g de riz

1 courgette

1 aubergine

1 poivron rouge

1 échalote

Persil

Huile d’olive (3 cuillères à soupe)

1 cube de bouillon de bœuf

400 ml d’eau

Sel

Poivre

Préparation

Epépinez et coupez le poivron en morceaux

Coupez la courgette en rondelles

Coupez l’aubergine en morceaux

Coupez l’échalote en morceaux également

Mode dorer

Versez de l’huile d’olive dans la cuve

Faites revenir les morceaux d’échalote quand l’huiles et chaude

Ajoutez le riz et versez un bouillon composé de 400 ml d’eau et d’un cube de bouillon de bœuf émietté

Ajoutez ensuite les morceaux de courgettes,de poivron et d’aubergine.

Salez poivrez . Saupoudrez de persil.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez le temps indiqué sur le paquet de riz divisé par pour mon cas 12 mn divisées par 2 soit 6 m

Servez chaud quand la cuisson est terminée