Médaillon filet mignon tomates recette cookeo

Médaillon filet mignon tomates recette cookeo

Ingrédients

6 médaillons de filet de porc

300 g de champignons de Paris frais ou congelés

1 échalote

1 cube de bouillon de bœuf

100 ml de vin blanc

100 ml d’eau

20 g de beurre

1petite boite de concentré de tomates

Sel

Poivre

Quelques feuilles de persil

Préparation

Emincés vos champignons de Paris (s’ils sont frais)

Passez au hachoir le persil et l’échalote

Préparez un bouillon avec 100 ml de vin blanc et 100 ml d’eau et un cube de bouillon de bœuf émietté

Mode dorer

Faites fondre le beurre dans la cuve du Cooke.

Faites revenir l’échalote et le persil puis ajoutez les médaillons de filet mignon de porc

Ajoutez les champignons de Paris .

Versez le bouillon préparé

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson sous pression ou cuisson rapide

Programmez 6 mn

Quand la cuisson est terminée ajutez le concentré de tomates ,mélangez

Servez chaud avec des légumes de votre choix .

Filet mignon fumé lentilles recette cookeo

Filet mignon fumé lentilles recette cookeo

Ingrédients

300 g de lentilles

100 ml de vin blanc

800 ml d’eau

1 cube de bouillon de bœuf

1 petite boite de tomates pelées

Sel

Poivre

Curry

2 cuillères à café de concentré de tomates

1 cuillère à soupe de moutarde

Préparation

Rincez les lentilles.

Préparez un bouillon avec 100 ml de vin blanc,800 ml d’eau et un cube de bouillon de bœuf émietté.

Mode dorer

Versez les lentilles dans la cuve.

Versez le bouillon dans la cuve.

Ajoutez les tomates pelées.

Salez et poivrez.

Saupoudrez de curry

Cuisson rapide ou sous pression Programmez 15mn

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

Déposez les filets mignon dans la cuve et passez en mode maintien au chaud pour 5 mn

servez chaud.

Filet mignon sauce curry

recette cookeo

Filet mignon sauce curry recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

1 filet mignon

1 oignon

1 cuillère à soupe de moutarde

2 cuillères à soupe de crème fraîche

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

Sel

Poivre

Curry

1 cube de bouillon de bœuf

200 ml d’eau

1 cuillère à soupe de maïzena

Préparation

Coupez l’oignon en morceaux

Mode dorer

Versez de l’huile dans la cuve et faites revenir le filet mignon puis ajoutez les morceaux d’oignon.

Versez l’eau et le cube de bouillon de bœuf émietté.

Salez et poivrez.

Saupoudrez de curry

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 20 mn

Quand la cuisson est terminée , réservez le filet mignon pour le couper en tranches repassez en mode dorer puis ajoutez les cuillères à soupe de crème fraîche, la cuillère à soupe de moutarde et de maïzena pour faire épaissir la sauce. Quand la sauce a épaissi arrêtez votre Cookeo et servez chaud

---

Filet mignon 3 légumes recette cookeo

Filet mignon 3 légumes recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

1 filet mignon

500 g de tomates

50 ml de vin blanc

150 ml d’eau

1 poivron

2 courgettes

1 aubergine

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

1 cube de bouillon de bœuf

Concentré de tomates

Sel

Poivre

Curry

Préparation

Lavez et coupez les tomates ,les courgettes et l’aubergine en morceaux.

Mode dorer

Versez de l’huile d’olive dans la cuve et faites revenir le filet mignon quand le préchauffage est terminé

.

Versez 150 ml d’eau,50 ml de vin blanc et un cube de bouillon de bœuf émietté.

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 20 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez les morceaux de tomates, de courgettes, d’aubergines dans la cuve.

Reprogrammez 5 mn de cuisson

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

Servez chaud ensuite

Filet mignon aux légumes d’été cookeo

Filet mignon aux légumes d’été cookeo

230 CALORIES 6 SP

Ingrédients pour 4 personnes

1 filet mignon

500 g de tomates

50 ml de vin blanc

150 ml d’eau

1 oignon

1 poivron

2 courgettes

2 gousses d’ail

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

1 cube de bouillon de bœuf

Piment d’Espelette

Sel

Poivre

Préparation

Lavez et coupez les tomates et les courgettes en morceaux.

Coupez les oignons et les gousses d’ail dégermées en morceaux

Epépinez les poivrons et coupez-les en lanières

Mode dorer

Versez de l’huile d’olive dans la cuve et faites revenir le filet mignon quand le préchauffage est terminé

Puis ajoutez les morceaux d’oignons et d’ail et faites dorer .

.

Versez 150 ml d’eau,50 ml de vin blanc et un cube de bouillon de bœuf émietté.

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 20 mn

Quand la cuisson est terminée les morceaux de tomates, de courgettes, de poivrons dans la cuve.

Reprogrammez 5 mn de cuisson

Servez chaud ensuite

Filet mignon Boursin recette cookeo

Filet mignon Boursin recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

1 filet mignon

1 grosse boite de tomates pelées

1 cube de bouillon de bœuf

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

1 cuillère à soupe de moutarde

2 cuillères à soupe de Boursin

50 ml d’eau

50 ml de vin blanc

Sel

Poivre

Préparation

Coupez votre filet mignon en tranche

Mode dorer

Versez de l’huile d’olive dans la cuve et faites revenir le filet mignon sur toutes ses faces quand l’huile est chaude.

Ajoutez les tomates pelées au bout de 2 minutes.

Ajoutez un bouillon composé de 50 ml de vin blanc,50 ml d’eau et d’un cube de bouillon de bœuf émietté.

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 20 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez la cuillère à soupe de moutarde.

Ajoutez les 2 cuillères à soupe de Boursin. Mélangez

Servez chaud ensuite

Filet mignon tomates moutarde recette cookeo

Filet mignon tomates moutarde recette cookeo

195 CALORIES 4 PP 4 SP

Ingrédients pour 4 personnes

1 filet mignon (400 g)

4 tomates

1 petite boite de champignons de Paris

50 ml de vin blanc

50 ml d’eau

2 oignons

1 cube de bouillon de bœuf

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

2 cuillères à soupe de moutarde

Sel

Poivre

Préparation

Lavez et coupez les tomates en morceaux.

Coupez les oignons en morceaux

Egouttez les champignons de Paris et rincez les

Mode dorer

Versez de l’huile d’olive dans la cuve et faites revenir le filet mignon quand le préchauffage est terminé pendant 1 mn. Puis ajoutez les oignons et faites dorer pendant 1 mn.

Déposez dans la cuve les tomates coupées en morceaux et laisser revenir pendant 3 à 4 mn.

Ajoutez les champignons de Paris.

.

Versez un bouillon composé de 50 ml de vin blanc, 50 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 coupez votre filet mignon en tranches.

Puis ajoutez 2 cuillères à soupe de moutarde dans la cuve. Redéposez les tranches de filet mignon dans la cuve et mélangez

Servez chaud ensuite

Widgets Amazon.fr

Widgets Amazon.fr

Filet mignon moutarde cookeo weight watchers

Filet mignon moutarde cookeo weight watchers

210 CALORIES 5 PP 6 SP

Ingrédients pour 4 personnes

400 g de filet mignon

200 g de champignons de Paris

2 cuillères à soupe de moutarde

2 cuillères à soupe de crème fraîche allégée

2 cuillères à café d’huile d’olive

Sel

Poivre

1 cube de bouillon de bœuf

100 ml de vin blanc

100 ml d’eau

100 g d’oignons congelés

Préparation

Mode dorer

Versez de l’huile dans la cuve et faites revenir les oignons et dorer le filet mignon sur toutes ses faces.

Ajoutez les champignons puis versez l’eau et le cube de bouillon de bœuf . Versez le vin blanc .

Salez et poivrez.

Ajoutez les champignons de Paris

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 20 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez la crème fraîche et la moutarde servez chaud .

FILET MIGNON BOURSIN au cookeo *par jphil3600*

Filets mignon cookeo 10

recettes volume 2

Filets mignon cookeo 10 recettes volume 2

Filet mignon à la crème

cookeo

filet mignon crème/olives

Pour 4 pers.
- 1 filet mignon
- 10cl de vin blanc
- 15cl de bouillon
- 20cl de crème
- 1 barquette de lardons
- 1 quinzaine d'olives vertes
- 1cas de maïzena

Mode dorer, faire revenir 5 bonnes minutes le filet avec les lardons. Verser le vin blanc, attendre que l'alcool se dissipe. Rajouter le bouillon. Ensuite mettre la crème et la cas de maïzena et cuisson rapide 15min.

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

cookeo

Filet mignon de porc abricots secs

Moulinex cookeo

Filet mignons de porc aux abricots secs

Ingrédients :

4 personnes

1 filet mignon de porc
1 oignon rouge
1 échalote
1 sachet d'abricot secs
1 cube or
1 cc de gingembre en poudre
1 cc de cumin en poudre
1 cc de curcuma en poudre
1 cuillère à soupe d'huile d'olive
1 cuillère a soupe de fond de veau et 1 CS de Maizena
Sel, poivre
1 cuillère à soupe de persil ciselé

Dégraisser le filet mignon et le couper en dés de la taille d'une bouchée.

Peler et émincer l'oignon et l'échalote. Dans le bol du Cookéo faire chauffer l'huile d'olive. Y faire revenir les lamelles d'oignon et d'échalotes pendant 2 minutes, puis ajouter les cubes de viande.

Les faire colorer en mélangeant souvent, pendant 3/4 minutes. Saupoudrer avec les épices, saler et poivrer.

Ajouter le cube, les abricot sec et 400 mililitre d'eau.

Faire cuire 20 minutes Ajouter le persil (accompagnement au choix : pommes de terre a l'eau en purée, pates semoule ou riz...)

Filet mignon aux pommes et cidre

cookeo

Filet mignon, aux pommes & cidre

Catherine Fruitier-Hespel

Ingrédients :

Pour 4 personnes :
- un filet mignon coupé en tronçons de 3 cm (selon les goûts)
- deux pommes,
- 25 cl de cidre doux,
- un oignon, deux échalotes,
- un gousse d'ail le tout mixé,
- un bouillon cube de volaille,
- deux cuillères à soupe de maizena,
- une feuille de laurier,
- une branche de thym et une de romarin

Faire dorer avec une matière grasse, vos tronçons de porc, accompagnés de l'ail échalotes et oignons hâchés, ajouter la maizena et bien remuer, ensuite mettre le cidre et les pommes, le sel, le poivre, le bouillon cube, les pommes coupés en quartier ou cubes, et remuer à nouveau, fermer le couvercle et cuisson rapide 15mn.

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

cookeo

Filet mignon aux 2 moutardes et pommes de terre

cookeo

Filet mignon aux 2 moutardes et pomme de terre

Emilie Plard

Ingrédients :

Pour 6 personnes :

- 1 filet mignon de porc
- 1kg de pomme de terre
- 2 oignons
- 2 cuillères à soupe de moutarde de dijon
- 2 cuillères à soupe de moutarde à l ancienne
- 300ml de fond de veau
- 1 brique 20cl de creme liquide

Faire revenir le filet mignon avec les oignons en mode dorer.
Puis ajouter les pomme de terre, le fond de veau, les moutardes, la creme liquide.
Cuisson rapide 15 min

Filet mignon aux cerises

cookeo

Filet mignon aux cerises

Sylvie Vuillemard

Ingrédients :

Pour 4 personnes :
- 1 filet mignon tranché
- 1 boite de cerises au sirop
- 1 échalotte
- 1 c à s de sucre de canne liquide
- 100 ml de sangria ou de vin rouge
- 2 c à s de vinaigre balsamique
- 1 pincée de 5 baies
- 1 pincée de canelle
- sel, poivre

En mode DORER, faire dorer l'echalotte et le filet mignon.
Ensuite verser le reste des ingrédients, bien mélanger.
Cuisson rapide 7 min.
Si besoin après cuisson ajouter un peu de farine ou de maizena pour épaissir la sauce.

Filet mignon de porc aux oignons

Moulinex cookeo

Filet mignon de porc aux oignons

Croq Mi t'Aime

Ingrédients :

2 filets de porc coupés en dés.
2 oignons.
1 poivron rouge.
1 cube aux légumes.
150 ml d'eau
avec 5 cuillerées à café de fond de veau.

Dorer les oignons et le poivron, ajouter les dés de porc. environ 5 minutes.

Verser les 150 ml d'eau avec le fond de veau. cuisson rapide 20 minutes, servir avec du riz : un délice !

© https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Filet mignon porc curry miel

FILET MIGNON DE PORC MIEL CURRY

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION 10 MIN/CUISSON 20 MIN

800 GR DE FILET MIGNON OU SAUTÉ DE PORC COUPÉ EN CUBES D ENVIRON 25GR
UN GROS OIGNON ÉMINCÉ
UNE BELLE C A S DE CURRY
2 C À S DE MIEL
8 BELLES POMME DE TERRES COUPÉES EN MORCEAUX
4 PETITES COURGETTES À COUPER EN MORCEAU PAS TROP FINS
130 ML D EAU
UN BOUILLON FAIT TOUT
SEL /POIVRE
2 C A S DE CRÈME FRAICHE
SI BESOIN SAUCELINE

EN MODE DORER FAIRE REVENIR LE PORC FARINÉ , LES OIGNONS , AJOUTER LE MIEL ET LE CURRY , LAISSER ENCORE UN PEU DORER , AJOUTER TOUT LE RESTE ET EN CUISSON SOUS PRESSION 20MIN , ON PEU REMPLACER LE PORC PAR DU POULET (PILONS OU FILET) DE L AGNEAU DE LA DINDE ...AJOUTER LA CRÈME UNE FOIS LA CUISSON TERMINÉE ET AJUSTER LA SAUCE À VOTRE GOUT AVEC LA SAUCELINE

DE MÉLANIE PRIMAULT

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

cookeo

Filet mignon au Saint Agur

Moulinex cookeo

Filet mignon de veau au saint Agur

Fanny Cuvilliez

Ingrédients :

Pour 4 personnes

500g filet mignon de veau
1 oignon
1 échalotte
1 gousse d'ail
1cc huile
Sel, poivre
150g saint agur crème
200ml fond de veau
1cc sauceline

En mode dorer, mettre l'oignon, l'ail, l'échalote et la viande dans 1cc d'huile pendant 5mn.

Ajouter la crème de saint Agur et le fond de veau, sel, poivre, bien délayer et c'est parti pour 5 mn en cuisson rapide.

Ajouter 1cc de sauceline maïzena et laisser en maintien au chaud qq mn

© https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Filet mignon en croûte d'épices

cookeo

Filet mignon en croûte d épices

Magalie Jacob-James Bond

Ingrédients :

Pour 4 personnes :
- 1 filet mignon
- 2 échalotes
- 2 poivrons
- 1 cuillère à soupe de miel
- 1 cuillère à soupe d huile d olives
- 1 cuillère à soupe de cumin moulu
- 1 cuillère à soupe de gingembre
- 1 cuillère à café de 4 épices
- Sel poivre
- 20 cl de vin blanc

Mixer l échalotes et les poivrons et les mettre dans le fond de la cuve mélanger le miel l huile et les épices et étaler sur le filet mignon avec un pinceau pour faire la croûte d épices et le poser sur le.lit d échalotes et poivrons ajouter les 20 cl de vin blanc et faire cuire 15 min en cuisson rapide.

cookeo

https://www.facebook.com/groups/305294616240741

Filet mignon en sauce

Moulinex cookeo

Filet mignon en sauce

et ses pommes de terre

Gaelle le Diascorn

Ingrédients :

Pour 4 personnes

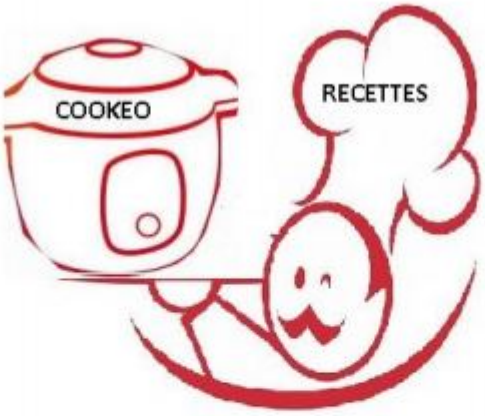
1 filet mignon
1 oignon
1 cuillère de farine
20 cl de fond de veau
20 cl de vin blanc
1 petite boîte de concentre de tomate
1 boîte d'olives dénoyautes
1 cube bouquet garnis

En mode dorer faire revenir le filet mignon et l'oignon ajoute la farine remue et ajouter le vin blanc et le concentre de tomate remuer

ajouter le fond de veau les pommes de terre les olives mélanger et

cuisson rapide 20 minutes!!! Et c'est prêt

© https://www.facebook.com/Cookeo.recettes



1000 RECETTES COOKEO