

Aubergines tomates recette cookeo



Aubergines tomates recette cookeo

120 CALORIES 3 PP 2 SP

Ingrédients pour 4 personnes

800 g d'aubergines (environ 2)

400 g de tomates

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 petite boîte de concentré de tomates

1 oignon

Sel

Poivre

100 ml de vin blanc

200 ml d'eau

1 cuillère à café de sucre en poudre

Préparation

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

Coupez l'oignon en morceaux

Passez les tomates et les aubergines sous l'eau.

Coupez les tomates et les aubergines en morceaux.

Mode dorer

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

Ajoutez les morceaux d'aubergines et les morceaux de tomates.

Versez votre bouillon

Ajoutez la cuillère à café de sucre.

Salez et poivrez.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez le concentré de tomates