

Jeu concours Moulinex Gratuit

Plutôt bleu ou cordon bleu ?
PASSEZ À TABLE POUR TROUVER L'APPAREIL QU'IL VOUS FAUT !



À GAGNER*
UN COMPANION
d'une valeur de 699 €

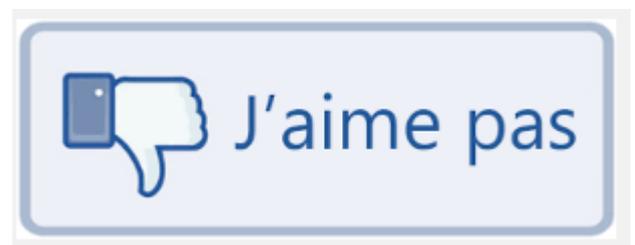


À GAGNER*
UN MULTICUISEUR
COOKEO + 1 FRESH
EXPRESS
d'une valeur de 430€

Jeu concours Moulinex Gratuit

Allez n'hésitez pas Moulinex propose un jeu concours gratuit du **2/11/16** au **2/01/16** . A gagner un Cookeo + 1 fresh express et un companion

Pour vous s'inscrire cliquez sur ce lien <https://jeu.moulinex.fr/?idfrom=>



RecettesCookeo.net

Astuce cookeo interrompre la cuisson c'est possible ?

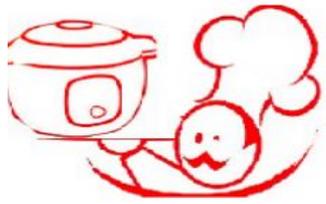


Astuce

cookeo

Voilà une vidéo destinée à ceux qui débute au cookeo .Il s'agit de voir comment interrompre une cuisson au cookeo . Vous avez oublié un ingrédient par exemple alors pas de problème . La vidéo vous explique comment faire .





*Recettes***Cookeo**.net

**336 publications de
Cookeorecettes (plus de 1000
recettes) : le PDF
récapitulatif**

336 publications de Cookeorecettes : le PDF récapitulatif

Pour vous faciliter la tâche j'ai construit un PDF récapitulatif de toutes mes publications cookeo sur Sport et Regime.com et ma page Facebook Cookeorecettes Vous trouverez sur ce PDF

- Recettes cookeo viandes (bœuf, volaille, porc, veau etc ...)
- Recettes cookeo de légumes
- Recettes cookeo de desserts
- Recettes cookeo de poissons
- Recettes cookeo weight watchers
- Fiches recettes cookeo
- Fiches recettes cookeo weight watchers
- Astuces cookeo
- Mes vidéos cookeo
- Mes PDF gratuits cookeo

Soit au total **336 publications**  **PLUS DE 1000 recettes** . D'autres sont à venir dès la rentrée des classes .

336 RECETTES ET ASTUCES COOKEO

Pour accéder à la recette ou aux astuces ou autres (depuis le pdf) vous cliquez sur le titre et vous êtes renvoyé directement sur mes blogs ou pages ou groupes.

Vous trouverez donc ce PDF en **cliquant ICI** ou sur **l'image** mais aussi en haut de mon groupe cookeorecettes que je vous invite à intégrer en cliquant sur le lien <https://www.facebook.com/groups/cookeorecettes/>. Vous pourrez aussi le

trouvez dans la rubrique fichier du groupe cookeorecettes .

**10 idées recettes cookeo pour
les fêtes de Noël en PDF**



Coucou tout le monde ,

Voici 10 idées recettes cookeo pour les fêtes de Noël en PDF . Ces recettes ont été réalisées par l'application mon cookeo .Vous pouvez donc les retrouver en téléchargeant l'application sur playstore ou en téléchargeant le PDF gratuit en cliquant [ICI](#) ou sur l'image

Je n'ai pas eu le temps de les tester mais elles me paraissent bien sympathiques.

Qui est cookeo Recettes ?



Qui est cookeoRecettes?

Bonjour tout le monde

Comme je publie beaucoup et que je possède plusieurs lieux de publication je vais vous donner quelques éclaircissements.

Tout d'abord qui est cookeo recettes ?

Je suis Jean-Philippe Rousseau , j'ai 52 ans et je vis à Issoudun dans le département de l'Indre. Je suis marié et j'ai 3 enfants

Je suis professeur d'éducation physique et sportive depuis déjà plus de 20 ans .une envie de créer un blog germa dans mon esprit. Une volonté inconsciente de communiquer toujours et encore plus. Partager le fruit de son expérience, transmettre ses savoirs, communiquer aider.

Je suis donc celui qui administre les différentes pages et différents blogs.

Au départ est né sport et régime .com

Ce blog était dédié au domaine du sport, du bien être et de la santé. Et puis j'aime cuisiner alors j'ai eu envie de publier des recettes au départ diététiques puis aussi quelques recettes traditionnelles.

Alors est né Recettesrapidesfaciles.com

Un blog qui fonctionne main dans la main avec sport et Régime .com

Et puis un cadeau de Noël qui change tout

En effet il y a 2 ans pour Noël Ma femme m'a offert le **cookeo** et depuis c'est l'amour fou, je ne le quitte pas et je fais la plupart de mes recettes avec.

Alors j'ai souhaité continuer à partager mes recettes avec d'autres alors j'ai créé la page Facebook et le groupe Facebook : cookerecettes

En résumé la plupart des recettes que vous trouvez sur :

<https://www.facebook.com/groups/cookeorecettes/>

<https://www.facebook.com/cookeorecettes/>

<http://www.recettesrapidesfaciles.com/>

<http://sport-et-regime.com/>

Sont des recettes que j'ai réalisées et testées. Il y en a bien sûr certaines que je partage ou que je publie qui ont été créées par d'autres blogueurs. Des recettes que je trouve sympa à réaliser. Des recettes pour vous donner des idées.

Et puis mon dernier groupe weight watchers <https://www.facebook.com/groups/1616650058629814/>

Merci à tous et à toutes pour suivi .



Jean Philippe

125 recettes cookeo de Cookeo recettes



125 recettes cookeo

Voici un récapitulatif des recettes cookeo publiées sur mes blogs et sur ma page facebook cookeorecettes :

Des recettes que j'ai réalisées et testées.

Il suffit de cliquer sur le titre de la recette pour atteindre la page de la recette .Bonne navigation .

AGNEAU

Temps de cuisson de l'agneau au cookeo

BOEUF

Boeuf carottes maison

Boeuf à la moutarde

Boeuf façon carbonnade flamande

Boeuf Bourguignon revisité

Boeuf moutarde

Boulettes de boeuf et coquillettes aux poivrons |

Coquillettes aux boulettes de boeuf

Roti de boeuf à la moutarde

Steaks hachés au Roquefort

Temps de cuisson du boeuf au cookeo

LEGUMES

Aubergines à la tomate

Carottes aux oignons

Courgettes bolognaise

Crème de brocolis

|Choux fleur crème Dubarry

Fusillis Roquefort

Crème de carottes

Lentilles vertes du Berry

Pâtes à la crème basilic

Petits pois aux oignons

Riz avec programmation

**Saute de champignons à la tomate à la poêle ou au
cookeo**

Temps de cuisson des haricots verts

Temps de cuisson des lentilles

Temps de cuisson des asperges

Temps de cuisson des légumes au cookeo

Temps de cuisson des endives au cookeo

VOLAILLES

Coquillettes Boursin au poulet weight watchers

Coquillettes au poulet express

Cuisse de dinde à la moutarde

Cuisses de poulet aux champignons

Colombo de sauté de porc

Couscous poulet merguez

Dinde à la crème fraîche

**Emincés de poulet à la tomate style weight
watchers |**

Escalopes à la tomate

Escalopes de poulet basquaise

One pot pasta poulet paprika

Poulet au citron weight watchers

Paëlla allégée weight watchers

Poulet au soja le PDF

Poulet paprika et pommes de terre

Émincé de dinde à la moutarde à l'ancienne

Escalopes de poulet basquaise

Poulet au coca

PORC

Andouillettes au vin blanc

Blanquette de porc

Carottes carbonara

Coquillettes sauce poireaux Weight Watchers

Duo flequettes aux dés de jambon

Filet mignon au boursin weight watchers

Longe de porc et pommes de terre

Mincernettes de porc à la tomate

Rôti de porc à la moutarde

Paupiettes de porc à la tomate

Tomates farcies

Tomates farcies

Coquillettes à la vache qui rit |

Longe de porc au curry |

Potée express au cookéo

Porc curry

Sauté de porc curry au cookeo

Tagliatelles carbonara

Tomates farcies

Longe de porc à la tomate

Longe façon bourguignon

Risotto jambon weight watchers

Risotto porc au curry |

Roti de porc au cidre

Rouelle porc moutarde

Sauté de porc tomate

Sauté de porc marengo

**Recette weight watchers au cookeo : spaghettis aux
asperges 9 PP |**

SAUCISSES/MERGUEZ

Couscous VERSION 2

Saucisses lentilles

VEAU

Recette blanquette de veau Facile

Blanquette de veau

Rôti de veau au vin rouge

Temps de cuisson du veau

DESSERTS

Brioche perdue en pudding

Crème vanille légère

Gâteau chocolat Banania

Riz au lait au chocolat

Glace au Nutella à découvrir |

Crème chocolat

Riz au lait vanille

Riz au lait au chocolat

Compote pomme framboise

Compote pommes ananas

Crème au chocolat légère

confiture de pommes

confiture de fraises

Compote pommes poires

Compote pommes ananas

ROGNONS

Rognons au vin rouge

Rognons à la tomate

SOUPES

Minestrone aux lentilles |

Riz au chorizo

POISSONS

Crevettes au riz

Curry de limande

Encornets à la tomate

Filets saumon aux poireaux

Filets saumon aux poireaux

Maquereau miso

Maquereaux à la moutarde

Moules marinières

Moules au poireaux

Moules à la tomate

Risotto de colin à la crème fraîche |

Risotto de la mer

Steaks de thon à la tomate

Saumon moules à la crème fraîche

Temps de cuisson des crevettes et des gambas

Thon à la tomate

SAUCES

Béchamel –

Sauce Roquefort

PLATS COMPLETS

Marmite espagnole wwatchers:

Boutique cookeo ma sélection

Boutique cookeo ma sélection

Coucou tout le monde je vous propose une sélection d'articles autour du cookeo et de la cuisine . Ma petite sélection en quelque sorte.

Widgets Amazon.fr



Sondage : Les menus équilibrés cookeo on continue ?

MENUS RECETTES COOKEO

Les menus vous plaisent ?

Voulez -vous d'autres menus équilibrés 

OUI

NON

Autre...

B

onjour tout le monde

juste un petit sondage pour savoir si les menus cookeo équilibrés vous plaisent et pour voir si nous continuons l'aventure .

Chargement en cours...

Je vous remercie pour votre participation .

Quelle cuisson cookeo riz Basmati ?



Quelle cuisson cookeo riz Basmati ?

Quand on débute avec le cookeo, on ne maîtrise pas toujours tout et parfois c'est un peu l'angoisse. Mais rassurez vous tout cela devrait rentrer dans l'ordre à force de manipulation. Souvent le plus gros problème rencontré se situe au niveau de la cuisson des pâtes ou du riz. On maîtrise mal les temps de cuisson et le niveau d'eau.

Pour ma part j'adopte la solution suivante quand je fais cuire le riz seul:

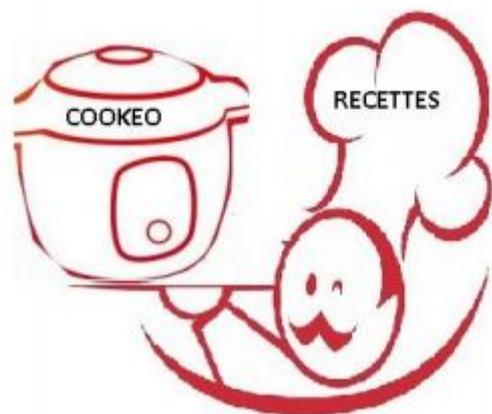
- Je prends le temps de cuisson indiqué sur le paquet de pâtes ou de riz et je divise en 2 pour programmer en cuisson rapide ou sous pression et je recouvre d'eau (minimum 200 ml)

Quand je fais cuire le riz avec d'autres ingrédients (volaille,

poulet, poisson) je me cale pour le temps de cuisson sur le temps de cuisson du riz ou de pâtes. Je prends également le temps indiqué sur le paquet et je divise en 2 pour la programmation.

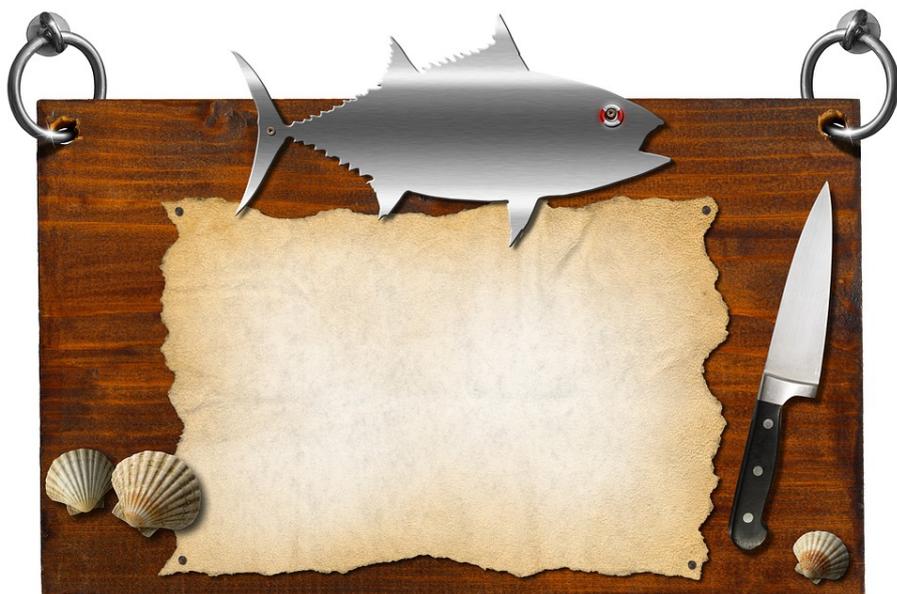
Alors vous pouvez voir la vidéo comment s'effectue la cuisson cookeo riz basmati (le principe est le même pour tous les riz).

Des questions n'hésitez pas .



1000 RECETTES COOKEO

Menus cookeo équilibrés cela vous dit ?



Menus cookeo équilibrés cela vous dit ?

Bonjour tout le monde j'aimerais savoir si des menus équilibrés avec des recettes cookeo pour plat principal ou entrée ou dessert vous intéresse. En fait le principe consisterait à proposer une journée complète de repas avec :

- une entrée
- un plat principal
- un laitage
- un fruit ou équivalent

L'objectif ne serait pas de vous mettre au régime mais de vous proposer une journée équilibrée en apports nutritionnels.

En effet chaque jour notre corps a besoin d'une multitude d'apports qu'il faut équilibrer. Alors pourquoi ne pas utiliser notre cookeo pour nous procurer plaisir gustatif et équilibre alimentaire.

Outre le fait d'équilibrer nos assiettes les menus vous donnerait des idées de repas pour la vie quotidienne.

Qu'en pensez – vous ? J'attends vraiment vos réactions et vos propositions.

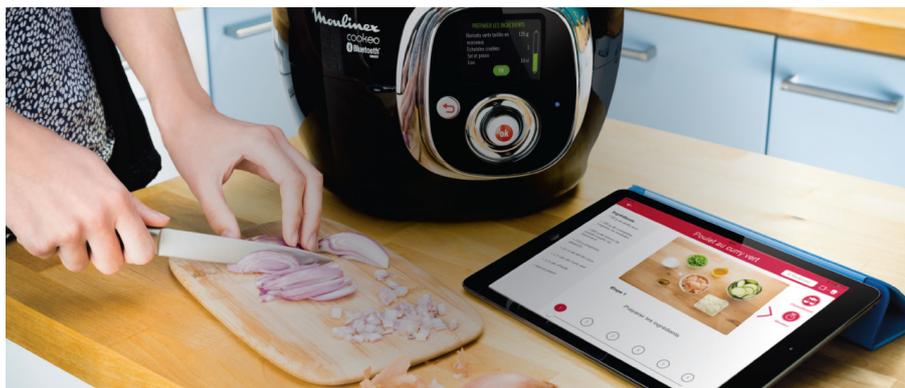
Encore merci à tous pour votre suivi.



*Recettes***Cookeo**.net

Quel appareil android pour le

cookeo connect ?



Vous possédez le cookeo connect alors vous trouverez ici la liste des appareils compatibles sous format PDF .En effet pour pouvoir profiter de l'application cookeo il faut un appareil téléphone ou tablette version Android™ 4.3 ou supérieure et avoir le Bluetooth Low Energy (BT4.0).

CLIQUEZ SUR L'IMAGE POUR TELECHARGER LE PDF OU [ICI](#)

Dépannez seul cookeo : questions réponses



MENU

Moulinex
cuisiner devient facile

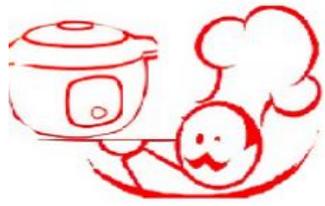
questions
fréquentes cookeo
blanc moulinex

Cuisine vite et bien vos plats au quotidien

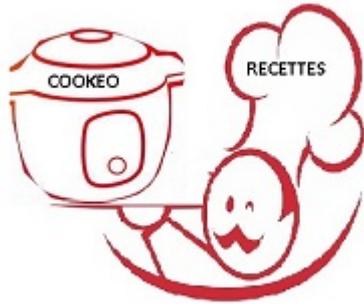
Un véritable assistant culinaire [qui](#) m'aide à préparer vite et bien une multitude de plats au quotidien, en quelques clics seulement. Laissez-vous guider, c'est simple et rapide !

Référence : CE704110

Voici une petite vidéo pour vous aider à résoudre les problèmes que vous pouvez rencontrer avec votre cookeo .On peut dépannez seul cookeo !!!



*Recettes***Cookeo**.net



1000 RECETTES COOKEO

**Recettes cookeo récapitulatif
juin (sport et vie pratique)**



Recettes cookeo récapitulatif juin (sport et vie pratique et cookeo rececettes)

Un petit diaporama récapitulatif des recettes cookeo publiées sur sport et vie pratique et la page Facebook cookeorecettes.

**Code erreur cookeo 21,24,26
que faire ?**

**Suivez cette vidéo si vous
rencontrez le code erreur cookeo
21,24,26. Une vidéo qui devrait
résoudre vos problèmes.**

J'ai une alarme 21, 24 ou 26 le voyant rouge couvercle reste clignotant :

- La quantité d'eau dans la cuve est insuffisante pour faire monter et maintenir la pression dans la cuve pendant toute la cuisson.
- Arrêter la préparation en cours, ouvrir le couvercle et rajouter la quantité d'eau suffisante. Relancer la recette ou relaire une chauffe en mode manuel.
- Notre conseil : Cuisson du riz et autres aliments susceptibles d'absorber beaucoup d'eau de cuisson. Bien vérifier et se référer aux indications de l'emballage du produit, et rajouter la quantité d'eau minimale nécessaire pour le fonctionnement sous pression. (jusqu'à 200ml pour les quantités max/temps de cuisson long).

Est-ce que cette FAQ a été utile ? Oui Non

Questions diverses

— Documentation —

