Riz basmati 3 lentilles recette cookeo



Riz basmati 3 lentilles recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes avec cookeo

280 g de mélange riz basmati 3 lentilles

400 ml d’eau

1 petite boite de tomates pelées

Sel

Poivre

Préparation cookeo

Déposez le mélange riz lentilles dans la cuve

Versez la boite de tomates pelées

Versez les 400 ml d’eau

Salez et poivrez

Cuisson rapide ou sous pression

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

Quand la cuisson est terminée ,mélangez et servez chaud

Ingrédients pour 4 personnes sans cookeo

280 g de mélange riz basmati 3 lentilles

400 ml d’eau

1 petite boite de tomates pelées

Sel

Poivre

Préparation sans cookeo

Faite cuire le riz selon les indication du paquet de riz.

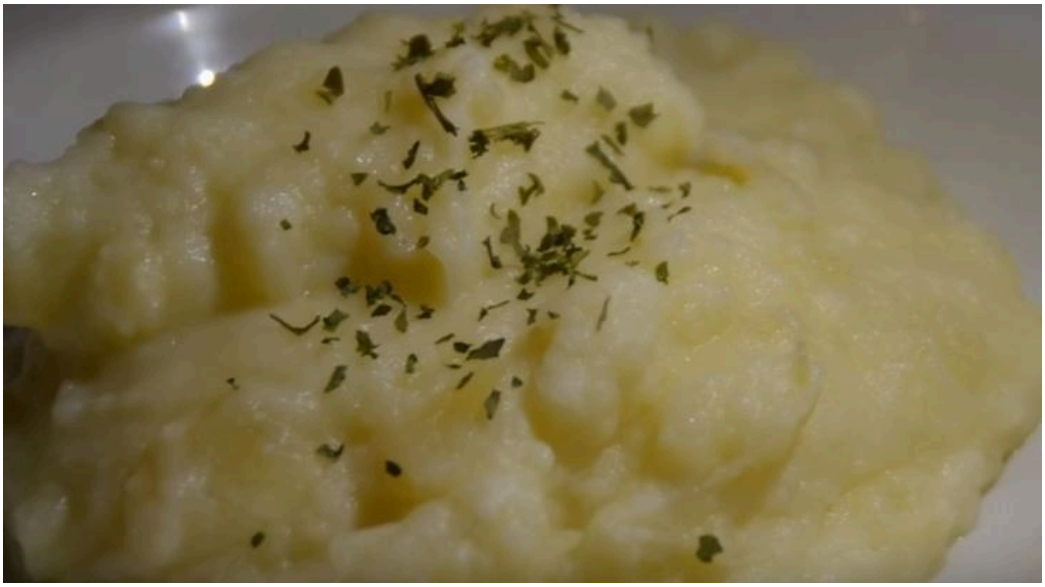
Egouttez le riz quand il est cuit .

Redéposez le riz dans une casserole puis ajoutez les tomates pelées. Mélangez.

Salez et poivrez

Servez chaud

Purée cancoillotte recette cookeo



Purée cancoillotte recette cookeo

Ingrédients

1,250 de pommes de terre

100 ml de vin blanc

300 ml d’eau

1 cuillère à café d’ail déshydraté

120 g de cancoillotte

2 cuillères à soupe de crème fraîche

Sel

Poivre

Préparation

Epluchez ,passez les pomme de terre sous l’eau et coupez les en morceaux

Déposez les pommes de terre dans la cuve .

Versez l’eau,le vin blanc et l’ail déshydraté dans la cuve du cookeo.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson sous pression ou cuisson rapide

Programmez 15 mn

Quand la cuisson est terminée passez les pommes de terre au presse purée

Ajoutez la crème fraîche et la cancoillotte. Mélangez

Servez chaud

Soupe haricots pommes de terre recette cookeo



Soupe haricots pommes de terre recette cookeo

Ingrédients

2 pommes de terre

300 g de haricots verts congelés

1 oignon

2 cuillères à soupe d’huile

50 ml de vin blanc

Curry

AiI semoule

1 l d’eau

1 cube de bouillon de boeuf

Sel

Poivre

Préparation

Préparez un bouillon avec 1 l d’eau et un cube de bouillon de bœuf émietté

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

Coupez les haricots en petits tronçons

Mode dorer

Versez l’ huile dans la cuve du Cookeo et faire revenir les morceaux d’oignon

Saupoudrez les oignons de curry

Saupoudrez également d’ail semoule

Ajoutez les morceaux de pommes de terre et de haricots verts dans la cuve du Cookéo

Versez le bouillon préparé

Ajoutez le verre de vin blanc

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 6 min de cuisson

Riz lardons en ratatouille

recette cookeo



Riz lardons en ratatouille recette cookeo

Ingrédients

200 g de lardons natures

100 ml de vin banc

100 g de riz

2 tomates

1 aubergine

1 courgette

1 poivron

2 cuillères à café de concentré de tomates

Curry

Sel

Poivre

500 ml d’eau

1 cube de bouillon de boeuf

Ail semoule

Préparation

Coupez en morceaux les courgettes ,l’aubergine et les tomates.

Epépinez le poivron et coupez le en morceaux .

Préparez un bouillon avec 500 ml d’eau et un cube de bouillon de boeuf

Mode dorer

Déposez les lardons dans la cuve .

Ajoutez les morceaux de poivron ,courgettes,aubergine ,tomates quand les lardons sont dorés.

Versez le bouillon préparé.

Ajoutez le vin blanc

Saupoudrez de curry et d’ail semoule

Versez le riz

Cuisson rapide ou sous pression

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

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

Servez chaud

Courgettes crème fraîche moutarde cookeo



Ingrédients pour 4 personnes

1 kg de courgettes congeleés ou fraîches

100 ml de crème fraîche

1 cube de bouillon de bœuf

1 cuillère à soupe de moutarde

50 ml de vin blanc

450 ml d’eau

Sel

Poivre

Curry

Préparation

Préparez un bouillon avec un cube de bouillon de boeuf émietté

,50 ml de vin blanc et 450 ml d’eau et saupoudrez de curry

Lavez et coupez les en morceaux si ce sont des courgettes fraîches.

Mélangez la crème fraîche et la moutarde

Déposez les morceaux de courgettes dans la cuve du cookeo

Versez le bouillon préparé dans la cuve du cookeo

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn

Egouttez la cuve et ajoutez le mélange crème fraîche moutarde

Servez chaud.

Chou vert pommes de terre recette cookeo



Chou vert pommes de terre recette cookeo

200 calories

Ingrédients pour 4 personnes

Un chou vert

600 g de pommes de terre

1 cuillère à soupe d’huile

50 ml de vin blanc

350 ml d’eau

1 cube de bouillon de bœuf

Sel

Poivre

Curry

Préparation

Passez sous l’eau le chou et coupez le en morceaux

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

Préparez un bouillon avec 50 ml de vin blanc,350 ml d’eau et d’un cube de bouillon de bœuf émietté

Ajoutez les morceaux de chou. dans la cuve ainsi que les morceaux de pommes de terre

Versez le bouillon préparé

Salez et poivrez selon votre convenance

Saupoudrez de curry

Cuisson sous pression ou cuisson rapide

Programmez 7 mn de cuisson

Servez chaud

One pot farfalles courgettes recette cookeo



One pot farfalles courgettes recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

300 g de farfalles

1 petite boite de tomates pelées

1 courgette

Sel

Poivre

2 cuillères à café de concentré de tomates

1 cuillère à café de moutarde

1 cube de bouillon de boeuf

400 ml d’eau

100 ml de vin blanc

Préparation

Coupez la courgette en morceaux

Préparez un bouillon avec 400 ml d’eau ,100ml de vin blanc et un cube de bouillon de boeuf émietté

Mode dorer

Versez les farfalles dans la cuve

Ajoutez les tomates pelées.

Versez le bouillon préparé dans la cuve du cookeo

Ajoutez les morceaux de courgettes

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez le temps indiqué sur le paquet de spaghettis divisé par 2

Quand la cuisson est terminée ajoutez le concentré de tomates et la cuillère à café de moutarde et mélangez .

Servez chaud

Velouté carottes à la bière recette cookeo



Velouté carottes pommes de terre bière au cookeo

Ingrédients

500 g de carottes

200 g de pomme de terre

200 ml de bière

500 ml d’eau

1 cube de bouillon de légumes

Ciboulette déshydratée

Sel

Poivre

Préparation

Préparez un bouillon avec 500 ml d’eau ,100 ml de vin blanc et un cube de bouillon de légumes emietté

Coupez les carottes en morceaux après les avoir épluchées.

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

Déposez les morceaux de légumes dans la cuve du Cookeo

Versez le bouillon préparé dans la cuve

Salez et poivrez selon votre convenance

Saupoudrez de ciboulette déshydratée

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 7 mn

Quand la cuisson est terminée passez au mixeur soit directement dans la cuve soit dans un récipient

Servez chaud

Pour les plus gourmands pourquoi pas un peu de crème fraîche.

Soupe champignons pommes de terre cookeo



Soupe champignons pommes de terre cookeo

Ingrédients

1 grosse boite de champignons de Paris

3 pommes de terre

1 cube de bouillon de légumes

Curry

Ail semoule

Sel

Poivre

1l d’eau

50 ml de vin blanc

Préparation

Coupez les pommes de terre en morceaux après les avoir épluchées et passées sous l’eau

Egouttez la boite de champignons de Paris

Déposez les morceaux de pommes de terre et les champignons de Paris dans la cuve du cookeo

Préparez un bouillon avec 1l d’eau et un cube de bouillon de légumes émietté et 50 ml de vin blanc

Versez le bouillon dans la cuve du cookeo

Salez et poivrez selon votre convenance.

Saupoudrez de Curry

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 6 mn .

Quand la cuisson est terminée mixez les les pommes de terre et les champignons de Paris

Servez chaud .

Soupe lentilles corail recette cookeo



Soupe lentilles corail recette cookeo

Ingrédients

200 g de lentilles Corail

2 cuillères à soupe de crème fraîche

2 cuillères à café de concentré de tomates

700 ml d’eau

1 cube de bouillon de boeuf

Sel

Poivre

Raz el Hanout

1 oignon

1 échalote

1 petite boite de tomates pelées

Préparation

Préparez un bouillon avec 700 ml d’eau et un cube de bouillon de boeuf émietté

Coupez l’oignon et l’échalote en morceaux

Versez les lentilles dans la cuve du Cookeo et la petite boite de tomates pelées

Ajoutez l’échalote et l’oignon coupé en morceaux

Versez votre bouillon

Saupoudrez de raz el hanout

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 10 mn

Quand la cuisson est terminée mixez les ingrédients

Ajoutez le concentré de tomates et la crème fraîche ,mélangez et servez chaud

---

Soupe panais pommes de terre carottes cookeo



Soupe panais pommes de terre carottes cookeo

Ingrédients

200 g de carottes

4 pommes de terre

200 g de panais

1 cube de bouillon de légumes

2 cuillères à soupe de crème fraîche

Sel

Poivre

700 ml d’eau

50 ml de vin blanc

Raz el hanout

Préparation

Coupez les pommes de terre en morceaux après les avoir épluchées et passées sous l’eau

Coupez le panais en morceaux

Coupez les carottes en rondelles

Déposez les rondelles de carottes , les morceaux de pommes de terre et de panais dans la cuve du cookeo

Préparez un bouillon avec 700 ml d’eau et un cube de bouillon de légumes émietté

Versez le bouillon dans la cuve du cookeo et le verre de vin blanc

Salez et poivrez selon votre convenance.

Saupoudrez de Raz el hanout

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 7 mn .

Quand la cuisson est terminée mixez les carottes, les pommes de terre et les panais

Ajoutez la crème fraîche et mélangez .

Servez chaud .

Soupe panais poireaux recette

cookeo



Soupe panais poireaux recette cookeo

Ingrédients

200 g de poireaux congelés

2 pommes de terre

250 g de panais

1 cube de bouillon de légumes

2 cuillères à soupe de crème fraîche

Sel

Poivre

700 ml d’eau

100 ml de vin blanc

Préparation

Coupez les pommes de terre en morceaux après les avoir épluchées et passées sous l’eau

Coupez le panais en morceaux

Déposez les rondelles de poireaux , les morceaux de pommes de terre et de panais dans la cuve du cookeo

Préparez un bouillon avec 700 ml d’eau et un cube de bouillon de légumes émietté

Versez le bouillon dans la cuve du cookeo

Salez et poivrez selon votre convenance.

Saupoudrez de curry (éventuellement)

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 7 mn .

Quand la cuisson est terminée mixez les poireaux, les pommes de terre et les panais

Ajoutez la crème fraîche et mélangez .

Servez chaud .

Velouté poireaux pommes de terre cookeo



Velouté poireaux pommes de terre cookeo

Ingrédients

400 g de poireaux congelés

4 pommes de terre

1 cube de bouillon de légumes

2 cuillères à soupe de crème fraîche

Sel

Poivre

800 ml d’eau

100 ml de vin blanc

Curry

Préparation

Coupez les pommes de terre en morceaux après les avoir épluchées et passées sous l’eau

Déposez les rondelles de poireaux et les morceaux de pommes de terre dans la cuve du cookeo

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

Versez le bouillon dans la cuve du cookeo

Salez et poivrez selon votre convenance.

Saupoudrez de curry

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 7 mn .

Quand la cuisson est terminée mixez les poireaux et les pommes de terre

Ajoutez la crème fraîche et mélangez .

Servez chaud .

Crépinettes petits pois carottes recette cookeo



Crépinettes petits pois carottes recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

3 ou 4 crépinettes

500 g de petits pois carottes congelés

400 g de pommes de terre

200 g de champignons de Paris congelés

1 oignon

2 cuillères à soupe d’huile

1 cube de bouillon de bœuf

200 ml d’eau

100 ml de vin blanc

Sel

Poivre

Curry

Préparation

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

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

Salez et poivrez selon votre convenance

Mode dorer

Versez l’huile dans la cuve puis faites dorer les crépinettes

Ajoutez les petits pois carottes , les morceaux de pommes de terre, les champignons de Paris

Versez le bouillon composé de 100 ml de vin blanc et 100 ml d’eau et d’un cube de boeuf émietté

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 7mn

servez chaud