Potée légumes rouelle de porc cookeo



Potée légumes rouelle de porc cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

1 rouelle de porc 800 g

200 g de poireaux

400 g de pommes de terre

400 g de carottes carottes

1 navet

1 oignon

100 ml de vin blanc

200 ml d’eau

1 cube de bœuf

1 l d’eau

1 bouquet garni

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

Préparation

Passez vos poireaux sous l’eau et coupez -les en rondelles.

Epluchez, lavez et coupez les pommes de terre en morceaux.

Epluchez et coupez les carottes en morceaux

Epluchez et coupez le navet en morceaux.

Coupez l’oignon en morceaux.

Versez l’huile dans la cuve, quand l’huile est chaude faites revenir la rouelle de porc.

Ajoutez les morceaux d’oignons pour les faire dorer.

Versez l’eau et le vin blanc et le cube de bouillon de boeuf.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 30 mn.

Quand la cuisson est terminée ajoutez tous les légumes et le bouquet garni et 200 ml d’eau et **reprogrammez 10 mn** de cuisson rapide ou sous pression.

Servez chaud.

Escalopes poulet haricots paprika cookeo



Escalopes poulet haricots paprika cookeo

320 CALORIES 4 SP

Ingrédients pour 4 personnes

400 g d’escalopes de poulet

200 g de champignons de Paris

800 g de haricots verts frais ou congelés

2 cuillères à soupe d’huile

200 ml de crème fraîche

1 cube de bouillon de bœuf

Paprika

Sel

Poivre

Préparation

Coupez les escalopes de poulet en morceaux

Passez les champignons sous l’eau et émincez-les

Mode dorer

Versez l’huile dans la cuve, quand l’huile est chaude faites dorer les morceaux d’escalopes de poulet.

Saupoudrez de paprika

Ajoutez les haricots verts et les champignons de Paris.

Versez un bouillon composé de 200 ml d’eau et d’un cube de bouillon de bœuf émietté.

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn.

Quand la cuisson est terminée égouttez votre cuve.

Redéposez les ingrédients dans la cuve et ajoutez la crème fraîche. Saupoudrez à nouveau avec du paprika.

Servez chaud

Chou blanc aux lardons recette cookeo



Chou blanc aux lardons recette cookeo

270 CALORIES 9 SP

Ingrédients pour 4 personnes

1 chou blanc

100 ml de vin blanc

1 oignon

200 g de lardons natures

1 cube de bouillon de bœuf

1 cuillère à soupe d’huile

Sel

Poivre

Quelques graines de genièvre

Préparation

Passez le chou blanc sous l’eau puis coupez le en lanières.

Coupez l’oignon en morceaux

Déposez les lanières de chou blanc dans la cuve .

Versez de l’eau pour recouvrir le chou .

Déposez un cube de bouillon de bœuf et quelques graines de genièvre

Salez et poivrez.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 12 mn

Quand la cuisson est terminée égouttez la cuve et rincez la .

Redéposez la cuve dans le cookeo puis **passez en mode dorer.**

Versez l’huile dans la cuve et déposez les lardons puis ajoutez les morceaux d’oignons au bout de 2 mn.

Quand les lardons sont bien dorés ajoutez le chou blanc cuit ,versez le vin blanc et laissez revenir 5 bonnes minutes

Servez chaud

Rôti de dinde lentilles recette cookeo



Rôti de dinde lentilles recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

1 rôti de dinde (800g)

300 ml d’eau

100 ml de vin blanc

1 oignon

Sel

Poivre

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

1 cube de bouillon de volaille

1 petite boite de tomates pelées

1 grosse boite de lentilles

200 g de carottes

Curry

Préparation

Coupez l’oignon en morceaux

Préparez un bouillon avec 300 ml d’eau ,100 ml de vin blanc et un cube de bouillon de volailles.

Mode dorer

Versez l’huile d’olive dans la cuve. Quand l’huile est chaude faites dorer le rôti sur toutes ses faces.

Faites ensuite dorer les oignons .

Versez le bouillon préparé dans la cuve.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Saupoudrez de curry

Cuisson sous pression ou cuisson rapide

Programmez 25 mn

Quand la cuisson est terminée déposez les lentilles,les tomates pelées et les carottes dans la cuve et reprogrammez une cuisson pour 5 Mn .

Vous pouvez si vous le souhaitez ajouter du concentré de tomates

Coupez le rôti en tranches.

. Servez chaud

Rôti de porc légumes recette cookeo



Rôti de porc légumes recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

1 rôti de porc 700 g

1 petite boite de tomates pelées ou 4 tomates fraiches

200 g de courgettes

200 g de poivrons congelés ou frais

100 g d’oignons congelés ou 1 oignon frais

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

1 cube de bouillon de bœuf

50 ml de vin blanc

100 ml d’eau

Epices Tex Mex (facultatif)

Sel

Poivre

Préparation

Coupez l’oignon en morceaux

Coupez les courgettes en rondelles (passez les sous l’eau avant)

Epépinez et coupez les poivrons en morceaux

Coupez les tomates en morceaux si elles sont fraîches

Vous pouvez aussi utiliser des légumes frais en fonction de la saison

Préparez un bouillon avec 50 ml de vin blanc,100 ml d’eau et un cube de bouillon de bœuf émietté

Mode dorer

Versez l’huile dans la cuve et quand l’huile est chaude faites dorer le rôti sur toutes ses faces.

Ajoutez ensuite les oignons et les poivrons faites dorer 2 à 3 mn .

Saupoudrez d’épices Tex Mex

Versez le bouillon préparé dans la cuve .

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 35 mn

Quad la cuisson est terminée ajoutez les tomates pelées ,les lanières de poivron,les courgettes

Reprogrammez une cuisson rapide pour 5 mn

Coupez votre rôti et servez chaud

Cuisses de canard vin rouge cookeo



Cuisses de canard vin rouge cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

4 cuisses de canard

200 g de carottes

200 g de champignons de Paris

2 échalotes

100 ml de vin rouge

200 ml d’eau

2 cuillères à soupe d’huile

1 cuillère à soupe de maïzena (éventuellement pour épaissir la sauce)

2 cuillères à café de concentré de tomates

Sel

Poivre

Préparation

Coupez les échalotes en morceaux

Coupez les carottes en rondelles

Emincez les champignons de Paris

Mode dorer

Versez l’huile dans la cuve, quand l’huile est chaude faites dorer les cuisses de canard.

Ajoutez ensuite les échalotes pour les faire suer.

Versez un bouillon composé de 200 ml et 100ml de vin rouge.

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou sous pression programmez 20 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez les champignons de Paris et les carottes dans la cuve.

Reprogrammez 5 mn de cuisson rapide ou sous pression

Quand la cuisson est terminée ajoutez le concentré de tomates

Passez en mode dorer puis ajoutez la cuillère à soupe de maïzena

Si vous le souhaitez-vous pouvez épaissir la sauce en ajoutant une cuillère à soupe de maïzena et en repassant en mode dorer

---

Boulettes boeuf riz recette cookeo



Boulettes boeuf riz recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

400 g de boulettes de boeuf

400 g de riz

1 grosse boite de tomates pelées

1 oignon

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

1 feuille de laurier

1 branche de thym

1 cube de bouillon de bœuf

Eau pour recouvrir le riz

Sel

Poivre

2 cuillères à café de Concentré de tomates ou plus selon vos envies

Préparation

Coupez l’oignon en morceaux

Mode dorer

Versez l’huile d’olive dans la cuve ,quand l’huile est chaude faites revenir les boulettes de bœuf .

Ajoutez ensuite les oignons pour les faire dorer.

Ajoutez les tomates pelées ,la branche de thym et la feuille de laurier.

Versez l’eau avec un cube de bœuf émietté (l’eau doit recouvrir tout le riz).

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

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

Quand le riz est cuit ajoutez le concentré de tomates et servez chaud .

Rôti de porc haricots blancs recette cookeo



Rôti de porc haricots blancs recette cookeo

Ingrédients pour 4 à 6 personnes

1 rôti de porc

100 g d’ oignons

500 g d’haricots blancs congelés

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

1 cube de bouillon de bœuf

50 ml de vin blanc

1 petite boite de tomates pelées

900 ml d’eau

Poivre

Sel

Préparation

Coupez les oignons en morceaux

Composez un bouillon avec 900 ml d’eau ,50 ml de vin blanc et un cube de bouillon de bœuf émietté.

Versez l’huile d’olive dans la cuve et faites dorer le rôti quand l’huile est chaude.

Ajoutez les morceaux d’oignons et faites-les dorer.

Versez votre bouillon

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 35 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez les haricots blancs et les tomates pelées.

Reprogrammez 10 mn de cuisson rapide ou sous pression.

Coupez votre rôti en tranches et servez chaud

Servez chaud

Boeuf vin rouge oignons cookeo



Boeuf vin rouge oignons cookeo

Ingrédients pour 4 personnes :

800 g de bœuf

100 ml de vin rouge
100 ml d’eau

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

1 petite boite de concentré de tomates
1 oignon ou 100 g d’oignons congelés

1 bouquet garni

1 cube de bouillon de bœuf
Sel et poivre

Préparation

Coupez la viande en morceaux

Coupez l’oignon en morceaux si c’est de l’oignon frais

Mode dorer

Versez l’huile dans la cuve puis faites dorer les morceaux de bœuf

Ajoutez les morceaux d’oignon.

Ajoutez le bouquet garni

Versez un bouillon composé de 100 ml de vin rouge et 100 ml d’eau et d’un cube de bouillon de boeuf.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou Cuisson sous pression : 35 min

Quand la cuisson est terminée enlevez le bouquet garni

Ajoutez le concentré de tomates

Pour une sauce plus épaisse repassez en mode dorer

. Ajoutez une cuillère à soupe de maïzena (mélangez avant ave un peu d’eau pour éviter les grumeaux)et mélangez jusqu’à ce que la sauce épaississe.

Servez chaud avec un féculent de votre choix

9 recettes cookeo de poulet entier



9 recettes cookeo de poulet entier

Vous trouverez dans cet article 9 recettes cookeo de poulet entier. Pour atteindre les recettes il suffit de cliquer sur le titre de la recette choisie.

Poulet entier aux légumes cookeo

Poulet entier à l’indienne recette cookeo

Poulet entier pommes de terre cookeo

Poulet entier sauce paysanne cookeo

Poulet entier tomates figues courgettes

cookeo

Poulet entier paprika recette cookeo

Poulet entier tomates champignons cookeo

Poulet entier moutarde recette cookeo

Poulet entier herbes de Provence cookeo

Rôti veau sauce moutarde recette cookeo



Rôti veau sauce moutarde recette

cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

1 rôti de veau 700 g

1 oignon frais

300 g de champignons de Paris congelés ou frais

1 cuillère à soupe de maïzena

2 cuillères à soupe d’huile

1 cube de bouillon de bœuf

1 cuillère à soupe de moutarde

100 ml de vin blanc

2 cuillères à soupe de crème fraîche

200 ml d’eau

Sel

Poivre

Préparation

Emincez les champignons après les avoir lavés s’ils sont frais.

Coupez l’oignon en morceaux

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

Mode dorer

Versez l’huile dans la cuve et quand l’huile est chaude faites dorer le rôti sur toutes ses faces.

Ajoutez ensuite les oignons et les champignons faites dorer 2 à 3 mn.

Versez le bouillon préparé dans la cuve.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Ajoutez le bouquet garni.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 25 mn

Quand la cuisson est terminée sortez le rôti de porc de la cuve pour le couper en tranches et passez en mode dorer.

Ajoutez la cuillère à soupe de maïzena pour faire épaissir la sauce. Arrêtez le mode dorer quand la sauce a épaissi puis redéposez les tranches de rôti dans la cuve et laissez pendant 2 à 3 mn

Servez chaud.

Blanquette de sauté de porc au cookeo



Blanquette de sauté de porc au cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

800 g de sauté de porc

1 cube de bouillon de bœuf

70 g de crème fraîche

100 ml de vin blanc

2 carottes

200 g de poireaux

200 g de champignons de ¨Paris

1 oignon

100 ml d’eau

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

1 cuillère à soupe de maizena

Sel

Poivre

Préparation

Coupez et lavez les champignons de Paris en lamelles ; déposez les dans un bol et versez du jus de citron

Epluchez l’oignon et coupez-le en morceaux

Epluchez les carottes et coupez-les en rondelles

Passez les poireaux sous l’eau et coupez les en rondelles

Mode dorer

Versez l’huile d’olive dans la cuve et quand l’huile est chaude faites dorer les morceaux de viande puis ajoutez les morceaux d’oignons

Versez le vin blanc et un bouillon composé de 200 l d’eau avec un cube de bouillon de bœuf émietté.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 15 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez ensuite les champignons de Paris, les carottes, les poireaux.

Reprogrammez une cuisson sous pression ou cuisson rapide pour 5 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez la crème fraîche

Repassez en mode dorer

Ajoutez les 2 cuillères à soupe de maïzena et faites épaissir la sauce.

Quand la sauce est épaissie à votre convenance arrêtez votre cookeo puis servez chaud

iframe width= »560″ height= »315″ src= »https://www.youtube.com/embed/_ppobD-2aEs » frameborder= »0″ allow= »accelerometer; autoplay; encrypted-media; gyroscope; picture-in-picture » allowfullscreen>

Rôti de porc aux légumes recette cookeo



Rôti de porc aux légumes recette cookeo

Ingrédients pour 4/6 personnes.

1 rôti de porc

400 g de pommes de terre

200 g de carottes

2 navets

300 g de poireaux

1 oignon

100 ml de vin blanc

200 ml d’eau

Sel

Poivre

2 cuillères à soupe d’huile

1 cube de bouillon de bœuf

Préparation

Epluchez, lavez et coupez les pommes de terre en morceaux

Coupez les carottes en rondelles

Coupez les navets en morceaux

Coupez l’oignon en morceaux

Passez les poireaux sous l’eau et coupez les en rondelles

Faites dorer le rôti avec de l’huile dans la cuve, puis ajoutez les oignons.

Versez un bouillon composé de 200 ml d’eau ,100 ml de vin blanc et d’un cube de bouillon de bœuf émietté.

Salez, poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 35 mn.

Quand la cuisson est terminée ajoutez les morceaux de pommes de terre,de navets, les rondelles de carottes, de poireaux.

Reprogrammez 5 mn de cuisson rapide ou pression

Servez chaud.

Sauté de porc aux légumes cookeo



Sauté de porc aux légumes cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

700 g de sauté de porc

400 g de carottes

400 g de poireaux

1 oignon

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

Sel

Poivre

50 ml de vin blanc

1 cube de bouillon de volaille

200 ml d’eau

Préparation

Coupez les carottes en rondelles.

Passez les poireaux sous l’eau et coupez-les en rondelles.

Epluchez, lavez et coupez les pommes de terre en morceaux

Déposez dans la cuve :

Les morceaux de sauté de porc

Les rondelles de carottes

Les morceaux de poireaux

Versez un bouillon composé de 200ml d’eau,50 ml de vin blanc et d’un cube de bouillon de volaille émietté.

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 15 mn

Servez chaud.