Gratin poireaux jambon carottes recette cookeo



Gratin poireaux jambon carottes recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

800 g de poireaux

400 g de carottes

4 tranches de jambon

1 oignon

100 g de gruyère râpé

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

4 cuillères à soupe de crème fraîche

1 cuillère à soupe de curry

1 cuillère à soupe de moutarde

1 cube de bouillon de bœuf

200 ml d’eau

Préparation

Lavez et coupez les poireaux en rondelles

Epluchez les carottes et coupez les en rondelles.

Epluchez et coupez l’oignon en morceaux

Préparez une sauce avec 4 cuillères à soupe de crème fraîche et une cuillère à soupe de moutarde.

Mode dorer

Versez l’huile dans la cuve ,quand l’huile est chaude faites dorer les oignons .

Ajoutez ensuite les rondelles de poireaux et de carottes.

Versez 200 ml d’eau avec un cube de bouillon de bouillon de bœuf.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 7 mn .

Faites préchauffer votre four en position grill .

Quand la cuisson est terminée ajoutez la sauce crème fraîche moutarde dans la cuve . (vous pouvez si vous le souhaitez égouttez la cuve si vous trouvez qu’il y a trop d’eau)

Déposez l’ensemble de la préparation dans un plat qui va au four .Déposez dessus les poireaux et les carottes les tranches de jambon blanc .Saupoudrez de gruyère râpé.

Enfournez pour gratinez .

Servez chaud



Chou fleur chorizo paprika recette cookeo



Chou fleur chorizo paprika recette cookeo

170 CALORIES 4 PP 4 SP

Ingrédients pour 4 personnes

1 kg de chou fleur frais ou congelé

100 g de chorizo

1 oignon

1 cube de bouillon de bœuf

Paprika

300 ml d’eau

Sel

Poivre

Préparation

Lavez et coupez le chou en fleurettes.

Coupez le chorizo en rondelles

Epluchez et coupez l’oignon en morceaux

Versez l’eau dans la cuve

Cuisson sous pression ou cuisson rapide

Déposez les fleurettes directement dans la cuve . Versez l’eau avec un cube de bouillon de bœuf émietté. (vous pouvez si vous le souhaitez utiliser le panier vapeur si les fleurettes tiennent dedans).

Saupoudrez de paprika.

Programmez 5 mn de cuisson

Quand la cuisson est terminée égouttez les fleurettes de chou fleur et réservez les .

Rincez et essuyez votre cuve . Replacez la cuve dans le cookeo et passez en mode dorer

Mode dorer

Déposez les morceaux de chorizo dans la cuve . Au bout de 2 à 3 mn ajoutez les morceaux d’oignons et faites les dorer .

Ajoutez ensuite les fleurettes de chou fleur et faites revenir 2 à 3 mn .

Salez et poivrez selon votre convenance

Servez chaud

Fusillis viande hachée Boursin recette cookeo



Fusillis viande hachée Boursin recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

280 g de Fusillis

400 g Viande hachée

1 petite boite de tomates pelées

1 cube de bouillon de bœuf

100 ml de vin blanc

500 ml d’eau

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

1 cuillère à soupe de moutarde

2 cuillères à soupe de Boursin ou équivalent

Sel

Poivre

Préparation

Mode dorer

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

Ajoutez ensuite les fusillis dans la cuve .

Versez la boite de tomates pelées.

Versez un bouillon composé de 500 ml d’eau , 100 ml de vin blanc et d’un cube de bouillon émietté.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez le temps indiqué sur le paquet de fusillis divisé par 2 .

Quand la cuisson est terminée ajoutez les cuillères à soupe de fromage et la cuillère de moutarde ,mélangez et servez chaud .

Dinde 3 lègumes recette cookeo



Dinde 3 lègumes recette cookeo

300 CALORIES 6 PP 3 SP

Ingrédients pour 4 personnes

400 g d’escalope de dinde

400 g de carottes congelées ou fraîches

4 pommes de terre

400 g de poireaux frais ou congelés

100 g d’oignons congelés ou frais

100 ml l de vin blanc

100 ml d’eau

1 cube de bouillon de volaille

1 cuillère à soupe d’huile d’olive

Sel

Poivre

Préparation

Epluchez les carottes si elles sont fraîches

Epluchez et lavez les pommes de terre . Coupez les en gros morceaux

Lavez et coupez les poireaux en rondelles .

Coupez les escalopes de dinde en morceaux

Coupez l’oignon en morceaux si frais

Mode dorer

Versez l’huile dans la cuve ,quand l’huile est chaude faites dorer les morceaux de dinde

Ajoutez ensuite les oignons .

Ajoutez les pommes de terre,les rondelles de poireaux

Versez un bouillon composé de 150 ml d’eau et d’un cube de bouillon

de volaille émietté.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn

Servez chaud

Râbles lapin tomates recette cookeo



Râbles lapin tomates recette cookeo

270 CALORIES 6 PP 6 SP

Ingrédients pour 4 personnes

4 râbles de lapin (400 g) /1 grosse boite de tomates concassées (765g) /Thym /Herbes de Provence/100 ml de vin blanc /100 ml d’eau/200 g de champignons de Paris /1 oignon ou 100 g d’oignons congelés/1 cube de bouillon de volaille/2 cuillères à soupe d’huile d’olive/ Sel/ Poivre

Préparation

Mode dorer

Versez l’huile d’olive dans la cuve quand l’huile est chaude faites revenir les oignons pendant une minute puis les râbles de lapin.

Ajoutez au bout de 3 mn les champignons de Paris et les tomates concassées.

Salez, poivrez. Ajoutez du thym et des herbes de Provence

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

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 12 mn

Servez chaud

Boeuf sauce vin rouge recette cookeo



Boeuf sauce vin rouge recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes :

600 g de bœuf coupé en morceaux

100 ml de vin rouge
100 ml d’eau

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

2 cuillères à soupe de concentré de tomates
1 oignon ou 100 g d’oignons congelés

400 g de champignons de Paris
1 cuillère à soupe de thym

1 cuillères à café de maïzena

1 cube de bouillon de bœuf
Sel et poivre

Préparation

Coupez la viande en morceaux

Décongelez les champignons de Paris

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

Mode dorer

Versez l’huile dans la cuve puis faites dorer les oignons et la viande.

Ajoutez les champignons.

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

Ajoutez une cuillère à soupe de thym.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou Cuisson sous pression : 35 min
Quand la cuisson est terminée repassez en mode dorer

. Ajoutez la maïzena et mélangez jusqu’à ce que la sauce épaississe.

Ajoutez le concentré de tomates

Servez chaud avec un féculent de votre choix

Poireaux lardons Boursin recette cookeo



Poireaux lardons Boursin recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

1 kg de poireaux

200 g de lardons natures

1 cuillère à soupe de Boursin

1 cuillère à soupe de crème fraîche

1 cube de bouillon de bœuf

1 cuillère à soupe de moutarde

200 ml d’eau

Sel

Poivre

Préparation

Lavez et coupez les poireaux en rondelles.

Versez 200 ml d’eau dans la cuve.

Emiettez le cube de bœuf dans la cuve.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 7 mn

Egouttez la cuve et réservez les rondelles de poireaux.

Mode dorer

Déposez les lardons dans la cuve. Faites dorer 2 à 3 mn.

Ajoutez les poireaux et faites cuire 2 mn.

Ajoutez la crème fraîche et le Boursin la moutarde et mélangez.

Servez chaud.

Potée saucisses fumées maison recette cookeo



Potée saucisses fumées maison recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

6 saucisses fumées

400 g de carottes

200 g de poireaux

1 navet

6 pommes de terre

La moitié d’un cube de bouillon de bœuf

100 ml de vin blanc

1 litre d’eau

1 oignon

1 cuillère à soupe de curcuma

1 bouquet garni

Sel

Poivre

Préparation

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

Epluchez et coupez le navet en morceaux.

Epluchez et coupez les carottes en rondelles.

Lavez les poireaux et coupez-les en rondelles.

Coupez les saucisses également en rondelles.

Coupez l’oignon en morceaux.

Mode dorer

Faire revenir les saucisses et les morceaux d’oignons quand le préchauffage est terminé.

Ajoutez ensuite les carottes, les pommes de terre, le navet coupé en morceaux, les poireaux

Versez le verre de vin blanc et le bouillon constitué d’un litre d’eau et du cube de bouillon de bœuf émietté

Ajoutez le curcuma

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez10 mn

Servez chaud.

Astuce

On pourrait mettre moins d’eau (200 ml par exemple) mais l’objectif c’est de récupérer le reste du bouillon pour faire une soupe.

Frittata tomates courgettes recette cookeo



Frittata tomates courgettes recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

6 œufs

1 oignon

1 courgettes

2 tomates

3 cuillères à soupe d’huile

Sel

Poivre

Préparation

Cassez et battez les œufs dans un saladier. Salez et poivrez

Coupez l’oignon en morceaux.

Lavez et coupez les tomates et les courgettes en morceaux

Mode dorer

Versez l’huile dans la cuve et quand l’huile est chaude faites revenir les morceaux de d’oignons, tomates et courgettes pendant 5 mn.

Ajoutez les oignons et faites revenir 2 mn avec les champignons de Paris

Versez les œufs battus dans la cuve et arrêtez la fonction dorer

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 2 mn. Avant les 2 mn un code d’erreur eau va être signalé (voir la vidéo). Arrêter alors tout de suite votre cookeo et ouvrez le couvercle.

Déposez une assiette dessus la cuve et retourner la cuve pour que l’omelette se retrouve dans l’assiette.

Servez chaud.

Widgets Amazon.fr

Widgets Amazon.fr
Widgets Amazon.fr

Pot au feu côtes de porc recette cookeo



Pot au feu côtes de porc recette cookeo

275 CALORIES 5 PP 6 SP

Ingrédients pour 4 personnes

4 escalopes de porc

4 pommes de terre

400 g de carottes

200 g de poireaux

1 oignon

1 navet

100 ml de vin blanc

1 l d’eau

Thym déshydraté

1 cube de bouillon de bœuf

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

Sel

Poivre

Préparation

Coupez les carottes,le navet en morceaux .

Epluchez l’oignon et coupez le en morceaux .

Epluchez ,coupez ,lavez les pommes de terre.

Lavez les poireaux et coupez les en rondelles.

Mode dorer

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

Ajoutez au bout de 2 mn les côtes de porc et faites les dorer .

Ajoutez les carottes,le navet,les pommes de terre et les poireaux .

Versez un bouillon composé de 1 l d’eau ,100 ml de vin blanc et d’un cube de bouillon de bœuf émietté.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 10 mn .

Servez chaud

Escalope porc flageolets au cookeo



Escalope porc flageolets au cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

600 g d’escalopes de porc

800 g de tomates

200 g de poivrons

1 grosse boite de flageolets

1 cube de bouillon de bœuf

1 cuillère à soupe d’huile

50 ml de vin blanc

100 ml d’eau

1 petite boite de concentré de tomates

1 cuillère à soupe d’épices tex mex

Sel

Poivre

Préparation

Lavez et coupez les tomates en morceaux.

Lavez ,épépinez coupez les poivrons en morceaux.

Ouvrez la boite de flageolets et égouttez.

Mode dorer

Versez l’huile dans la cuve . Quand l’huile est chaude faites dorer les escalopes de porc.

Ajoutez ensuite les tomates et les poivrons coupés en morceaux . Salez et poivrez selon convenance.

Ajoutez les flageolets .

Saupoudrez d’épices tex mex.

Versez 50 ml de vin blanc et 50 ml d’eau. Emietter votre cube de bouillon de bœuf dans la cuve.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn

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

Servez chaud .

Farfalles poulet Boursin

recette cookeo



Farfalles poulet Boursin recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

280 g de Farfalles

400 g Escalopes de poulet

20 tomates cerises

1 cube de bouillon de bœuf

1 cuillère à soupe d’huile d’olive

2 cuillères à soupe de Boursin ou équivalent

500 ml d’eau

Préparation

Lavez et coupez les tomates cerises en 2.

Coupez les escalopes de poulet en morceaux

Mode dorer

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

Ajoutez ensuite les tomates cerises puis les farfalles.

Versez un bouillon composé de 500 ml d’eau et d’un cube de bouillon émietté.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez les cuillères à soupe de fromage ,mélangez et servez chaud .

One pot pasta poulet tomates recette cookeo



One pot pasta poulet tomates recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

250 g de pâtes de votre choix

300 g de tomates fraîches ou de tomates pelées en conserve. (Selon la saison)

600 g d’escalope de poulet

100 ml de vin blanc

300 ml d’eau

1 cube de bouillon de bœuf

Sel

Poivre

Persil

Préparation

Lavez et ciselez le persil.

Lavez et coupez les tomates en morceaux

Préparez un bouillon avec 100 ml de vin blanc et 300 ml d’eau ainsi qu’un cube de bouillon de bœuf émietté.

Déposez les pâtes, les morceaux de tomates, les morceaux d’escalopes de poulet dans la cuve.

Ajoutez également le persil ciselé.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Versez le bouillon dans la cuve.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez le temps indiqué sur le paquet de pâtes divisé par 2.

Quand la cuisson est terminée mélangez les ingrédients puis servez chaud.

Widgets Amazon.fr

Widgets Amazon.fr

Saucisses courgettes tomates recette cookeo (style rougail)



Saucisses courgettes tomates recette cookeo

Cette recette cookeo s’inspire d’une recette Moulinex de rougail saucisses:ce plat typiquement réunionnais .Il s’agit donc d’une adaptation ,une variante. En tout cas le résultat est plutôt

sympathique .

Ingrédients pour 4 personnes

6 saucisses fumées

400 g de courgettes

200 g de tomates

1 oignon

1 gousse d’ail

1 cuillère à café de curcuma

1 cuillère à café de gingembre

1 cuillère à café de piment de Cayenne

1 cuillère à café de thym

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

200 ml d’eau

Sel

Poivre

Préparation

Coupez l’oignon en morceaux.

Lavez et coupez les courgettes et les tomates en morceaux.

Coupez les saucisses en rondelles.

Coupez l’ail en morceaux.

Mode dorer

Versez l’huile dans la cuve. Quand l’huile est chaude faites dorer les morceaux d’oignons et d’ail.

Puis ajoutez les rondelles de saucisses. Faites dorer 2 mn.

Ajoutez les morceaux de courgettes, de tomates.

Versez un bouillon composé de 200 ml d’eau.

Ajoutez les épices (curcuma, gingembre), le piment, le thym.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 7 mn. Servez chaud

Astuces

Vous pouvez servir avec du riz par exemple .

Une autre idée avec des saucisses :Saucisses lentilles