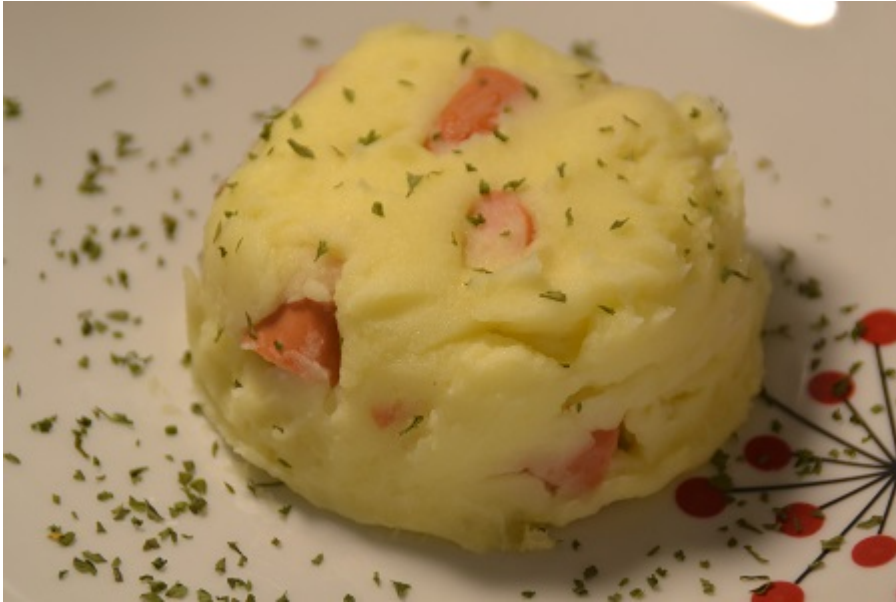


Purée knackis pommes de terre cookeo



Purée knackis pommes de terre cookeo

Ingrédients pour 5 personnes

1 Kg de pommes de terre

100 g d 'oignons

7 knackis

100 ml de lait

Huile d'olive

Sel

Poivre

Préparation

Epluchez et coupez les pommes de terre. Lavez les sous l'eau.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Plongez les pommes de terre dans la cuve, recouvrez d'eau .Programmez 5 mn

Quand la cuisson est terminée, égouttez les pommes de terre.

Passez en **mode dorer** et versez de l'huile d'olive dans la cuve.

Faites dorer les morceaux d'oignons puis ajoutez les pommes de terre. Laissez en mode dorer 4 mn puis versez le lait. Mélangez.

Passez les pommes de terre au presse purée.

Salez Poivrez et ajoutez les knackis coupées en morceaux. Laissez encore dorer 2 mn puis servez chaud.

**Gratin spaghetti jambon
cookeo**



Gratin

spaghettis jambon cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

280 g de spaghettis

200 g de dés de jambon

100 g de gruyère râpé

2 cuillères à soupe de crème fraîche

1 cube de bouillon de bœuf

500 ml d'eau

Sel

Poivre

Préparation

Préchauffer votre four à 210 °

Cassez les spaghettis en 2 et déposez les dans la cuve

Ajoutez les dés de jambon .

Versez l'eau et le cube de bouillon de bœuf émietté

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 4 mn (le temps indiqué sur le paquet de spaghettis divisé par 2)

Quand la cuisson est terminée ajoutez les 2 cuillères à soupe de crème fraîche et mélangez.

Déposez les spaghettis et les dés de jambon dans un plat qui va au four

Enfournez pour 20 mn

Servez chaud

**Poulet entier moutarde
recette cookeo**



Poulet entier moutarde recette cookeo

Ingrédients

1 poulet

300 g de champignons de Paris

100 g d'oignons congelés ou un oignon

2 cuillères à soupe de moutarde

2 cuillères à soupe de crème fraîche

100 ml de vin blanc

200 ml d'eau

1 cube de bouillon de volailles

Huile d'olive

Sel

Poivre

Préparation

Mode dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve et faites revenir les oignons et le poulet sur toutes ses faces .

Ajoutez les champignons

Versez le bouillon composé d'eau , de vin blanc et du cube de bouillon de volailles.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 15 mn pour 500 g .Pour mon poulet de 1 , 3 kg je vais programmer 37 mn

Paupiettes tomates recette cookeo



Paupiettes

tomates recette cookeo

Ingrédients pour 5 personnes

5 paupiettes de porc

1 oignon

1 grosse boîte de champignons de Paris

1 petite boîte de tomates pelées

1 cube de bouillon de bœuf

300 ml d'eau

Sel

Poivre

2 cuillères à café de concentré de tomates

1 cuillère à café de moutarde

1 petit verre de vin blanc

Préparation

Mode dorer

Faites dorer les oignons avec de l'huile d'olive dans la cuve .

Faites dorer ensuite les paupiettes de porc .

Ajoutez les champignons de Paris ,les tomates pelées.

Versez le verre de vin blanc et 300 ml d'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté.

Salez et poivrez .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 15 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez la moutarde et les 2 cuillère sa café de concentré de tomates. Servez chaud

Riz boulettes champignons recette cookeo



Riz boulettes champignons recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

12 boulettes de bœuf

240 g de riz

1 verre de vin blanc

1 cube de bouillon de bœuf

200 g de champignons de Paris

100 g d'oignons

Sel

Poivre

300 ml d'eau

Préparation

Faites dorer avec l'huile d'olive les oignons et les boulettes de viandes.

Ajoutez ensuite au bout de 2 mn les champignons de Paris .

Ajoutez le riz.

Versez le verre de vin blanc et les 300 ml d'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn (le temps indiqué sur le paquet de riz divisé par 2)

Servez chaud

Hachis parmentier recette cookeo



Hachis parmentier recette cookeo

Ingrédients pour 6 personnes

600 g de viande hachée

100 g d'oignons

1,5 kg de pommes de terre

Huile d'olive

400 ml d'eau

1 cube de bouillon de boeuf

1 cuillère à café d'ail déshydraté

sel

100 g de gruyère rape

2 cuillères à soupe de crème fraîche

400 ml d'eau

Muscade

Préparation

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve et faites revenir la viande hachée , l'oignon et l'ail .

Réservez la viande et les oignons dans un plat qui va au four .

Sans laver la cuve déposez les pommes de terre coupées en morceaux ,versez les 400 ml d'eau avec le cube de bouillon de boeuf.

Salez et poivrez selon votre convenance

Saupoudrez de muscade .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 15 mn.

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

Ajoutez la crème fraîche .

Répartissez la purée sur la viande hachée.

Saupoudrez de gruyère râpé .

En fournez pendant 10 mn à 180 ° . Puis passez en position grill pendant 5 mn

Servez chaud

Hachis parmentier au cookeo *par jphil3600*

**Veau provençale recette
cookeo**



Veau provençale recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

100 d'oignons congelés

1 kg de veau en morceaux

300 g de lanières de poivrons congelées

100 g d'olives dénoyautées

200 ml d'eau

2 Cuillères à café de concentré de tomate

1 petite boite de tomates pelées

1 cuillère à soupe de moutarde

1 cube de bouillon de boeuf

Huile d'olive

Sel, poivre

Préparation :

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve et faites revenir les morceaux d'oignon et de viande .

Ajoutez ensuite les poivrons .

Ajoutez Les olives.

Versez la boite de tomates pelées.

Versez 200 ml d'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 18 mn .

Quand la cuisson est terminée ajoutez les 2 cuillères à café de concentré de tomates et la cuillère de moutarde

Servez chaud .

Veau provençal au cookeo *par jphil3600*

One pot pasta bolognaise cookeo



Voici une recette intitulée one pot pasta bolognaise cookeo . Mais pourquoi one pot pasta ? Parce qu'il s'agit d'un plat de pâtes réalisé avec tous les ingrédients en même temps dans la cuve . On met tous les ingrédients puis on programme la cuisson .

Ingrédients pour 4 personnes

100 g d'oignons congelés

200 g de carottes en rondelles congelées

300 g de pâtes de votre choix

300 g de viande de bœuf hachée

1 cube de bouillon de bœuf

2 cuillères à soupe de concentré de tomates

1 cuillère à café d'ail déshydraté ou une gousse d'ail

Sel

Poivre

Préparation

Déposez dans la cuve les pâtes ,la viande hachée, les morceaux d'oignons, les carottes en rondelles Salez , poivrez et ajoutez la cuillère à café d'ail .

Versez l'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 4 mn le temps de cuisson indiqué sur le paquet de pâtes divisé par 2.

Quand la cuisson est terminée ajoutez les 2 cuillères à soupe de concentré de tomates

Servez Chaud

ONE POT PASTA BOLOGNAISE COOKEO *par jphil3600*

Potée saucisses maison
recette cookeo



Potée saucisses maison recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

4 saucisses de Toulouse

4 saucisses fumées

6 carottes

3 blancs de poireaux

1 navet

6 pommes de terre

1 cube de bouillon de bœuf

1 verre de vin blanc

1 litre d'eau

1 oignon

Sel

Poivre

Préparation

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

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 20 mn

Servez chaud .

Spaghettis poulet courgettes cookeo



Spaghettis poulet courgettes cookeo

356 CAL 7 PP 11 SP

Ingrédients pour 4 personnes

600 g d'escalope de poulet

280 g de spaghettis

200 g de courgettes

100 g d'oignons

1 cube de bouillon de volaille

2 cuillères à soupe de crème fraîche

400 ml d'eau

Sel

Poivre

Huile d'olive

Préparation

Mode dorer

Faites revenir les oignons et la viande coupée en morceaux dans la cuve avec de l'huile d'olive.

Déposez les spaghettis coupées en 2 dans la cuve puis les courgettes .

Salez et poivrez selon votre convenance

Versez 400 ml d'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 4 mn (le temps indiqué sur le paquet de spaghettis divisé par 2). Choisissez départ immédiat ou départ différé.

Ajoutez les cuillères de crème fraîche avant de servir

Servez chaud

Spaghettis poulet courgettes au cookeo *par jphil3600*

SPAGHETTIS POULET COURGETTES cookeo *par jphil3600*

**Rôti boeuf moutarde ancienne
style weight watchers cookeo**



Rôti boeuf moutarde ancienne style weight watchers cookeo

398 CAL 10 PP 12 SP

Bonjour tout le monde j'ai intitulé cette recette rôti de boeuf moutarde ancienne style weight watchers car la recette d'origine je l'ai modifiée . En effet il s'agissait d'un rôti de boeuf à la moutarde d'herbes . Dans cette recette il y a en plus de l'estragon et du cerfeuil ainsi qu'une cuillère à soupe de moutarde forte . Et il n'y a pas d'oignons .

Ingrédients pour 4 personnes

1 rôti de 800 g

1 verre de vin blanc sec 150 ml

150 g d'oignons congelés

Huile d'olive

2 cuillères à soupe de moutarde

Sel

Poivre

Préparation

Sélectionnez l'onglet « **recettes** » puis « **plat** » et « **rôti de bœuf à la moutarde** »

L'appareil vous demande si vous voulez commencer la recette faites oui .

L'appareil se met en préchauffage .

L'appareil vous demande faire dorer la viande avec de l'huile .
Ajoutez donc l'huile ,le rôti et les oignons dans la cuve .Faites revenir le rôti sur toutes ses faces.

Puis arrêtez la **fonction dorer** et ajoutez le reste des ingrédients à savoir le vin blanc et la moutarde.

Salez et poivrez .

Démarrez la cuisson et fermez le couvercle .

Servez chaud

Oeufs brouillés champignons cookeo



Œufs brouillés champignons cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

6 œufs

50 ml de lait

40 g de crème fraîche

100 g d'oignons

Huile d'olive

200 gr de champignons de Paris congelés

Sel

Poivre

Persil

Préparation

Fonction dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve . Faites revenir les oignons puis les champignons .

Ajoutez la crème fraîche, le lait et les œufs . Mélangez jusqu'à la cuisson des œufs.

Spaghettis steaks hachés
tomates cookeo

Spaghettis steaks hachés tomates cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

240 g de spaghettis

4 steaks hachés

1 boîte de tomates pelées

Huile d'olive

Sel

Poivre

300 ml d'eau

1 cube de bouillon de bœuf

Préparation

Mode dorer

Découpez les steaks hachés en morceaux et faites des boulettes puis faites les revenir dans l'huile d'olive.

Versez le contenu de la boîte de tomates pelées dans la cuve.



Salez et poivrez selon votre convenance.

Coupez les spaghettis en 2 et déposez les dans la cuve .

Versez l'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez le temps indiqué sur le paquet de spaghettis divisé par 2 pour mon cas 4 mn

Servez chaud

Cuisses poulet champignons haricots verts cookeo



Cuisses poulet champignons haricots verts cookeo 315 CALORIES 7 PP 10 SP

Ingrédients pour 4 personnes

4 cuisses de poulet

400 g de haricots verts

200 g de champignons de Paris

200 g d'oignons congelés

Herbe de Provence

1 verre de vin blanc

1 cube de bouillon de boeuf

500 ml d'eau

Huile d'olive

Sel

Poivre

Préparation

Mode dorer

Faites revenir les cuisses de poulet et les oignons dans la cuve avec de l'huile d'olive

Ajoutez les champignons de Paris et les haricots verts.

Versez le verre de vin blanc et l'eau et le cube de bouillon de bœuf émietté .

Salez et poivrez selon votre convenance. Saupoudrez d'herbes de

Provence

Versez 400 ml d'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 20 mn

Servez chaud