

# Compote multi-fruits recette cookeo



## Compote multi-fruits recette cookeo

### Ingrédients pour 4 personnes

1 abricot

4 pêches plates

2 brugnon

2 pommes

50 ml d'eau

50 g de sucre

1 sachet de sucre vanillé

Le total des fruits coupés et épluchés doit faire environ 500 g

### Préparation

Epluchez et coupez les fruits en morceaux .

Déposez les fruits dans la cuve.

Ajoutez 50 g de sucre en poudre.

Versez l'eau.

### **Cuisson rapide ou sous pression**

Programmez? 6 mn de cuisson rapide

Quand la cuisson est terminée mixez l'ensemble des ingrédients.

Versez la préparation dans un saladier ou dans des pots à confiture

Laissez refroidir à l'air libre puis fermez les pots.

Pour les pots en confiture retournez les pour les rendre hermétiques

Si vous mettez la compote dans un saladier mettez le au frigo

---

# **Tarte abricots extra crisp cookeo**



# Tarte abricots extra crisp cookeo

## Ingrédients

1 pâte Brisée

6 abricots

60 g de sucre en poudre

20 g de poudre d'amandes

100 ml de crème fraîche

2 oeufs

## Préparation

Déposez le couvercle extra crisp sur la cuve du Cookeo, faites préchauffer à 180°

Coupez vos abricots en 2 ,enlevez les noyaux.

Découpez la pâte Brisée à la dimension de votre moule (ici 20 cms)

Piquez la pâte

Répartissez les oreillons d'abricots dans le moule

Dans un saladier mélangez les oeufs ,le sucre en poudre ,la poudre d'amandes et la crème fraîche.

Versez la préparation sur les abricots

Soulevez le couvercle extra crisp puis déposez votre moule dans la cuve cookeo.

Programmez 30 mn à 180°

Si cela ne suffit pas rajoutez du temps . Surveillez toutes les 10 mn environ

---

## **Haricots blancs tomates recette cookeo**



# Haricots blancs tomates recette cookeo

## Ingrédients pour 4 personnes

1 petite boîte de tomates pelées  
2 cuillères à café de concentré de tomates  
500 g de haricots blancs

1 oignon

2 cuillères à soupe d'huile  
800 ml d'eau  
1 cube de bouillon de bœuf  
Sel et poivre

2 carottes

## Préparation

Faites tremper les haricots blancs pendant 12 heures dans l'eau

## Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve ,quand l'huile est chaude faites dorer les morceaux d'oignon.

Ajoutez les haricots blancs dans la cuve .

Versez un bouillon composé de 800 ml d'eau avec un cube de bouillon de bœuf émietté.

## Cuisson rapide ou sous pression

Programmer 30 minutes

Quand la cuisson est terminée les tomates pelées ainsi que les rondelles de carottes.

Reprogrammez 5 mn de cuisson

Ajoutez les cuillères à café de concentré de tomates quand la cuisson est terminée.

Servez chaud avec une grillade

---

## **Quizz culture générale 12 .Testez vos connaissances**



**Quizz culture générale 12 .Testez  
vos connaissances 15 questions 7  
secondes pour répondre Blind test.  
Un quizz de culture générale qui  
peut se jouer par équipe**

---

# Magret canard extra crisp cookeo



## Magret canard extra crisp cookeo

Une recette qui peut se réaliser en fin de cuisson au four et sans le couvercle extra crisp.

### Ingrédients

1 magret de canard

Sel

Poivre

### Préparation

Tailladez la peau du magret de canard.

Mode dorer

Déposez le magret de canard côté peau dans la cuve du cookeo. Laissez dorer 6 mn après la fin du préchauffage.

Tournez votre magret et faites dorer pendant 10 s. Retournez à nouveau votre magret côté peau

Déposez le couvercle extra Crisp cookeo et programmez 5 mn à 200°

Découpez votre magret et servez chaud.

Pour ceux qui n'ont pas le couvercle vous pouvez utiliser votre four pour la dernière partie de la cuisson .

---

## **Quizz culture générale 10 .Testez vos connaissances**



Quizz culture générale 10 .Testez vos connaissances 15 questions 7 secondes pour répondre Blind test . Un quizz de



culture générale qui peut se jouer par équipe

Cliquez sur la vidéo pour jouer

---

## Côtes de porc paprika plancha



## Côtes de porc paprika plancha

### **Ingrédients pour 2 personnes**

2 côtes de porc

1 cuillère à café de paprika

### **Ingrédients pour 4 personnes**

4 côtes de porc

4 cuillères à soupe d'huile d'olive

2 cuillère à café de paprika

100 ml de vin blanc

### **Préparation**

Mélangez dans un bol le vin blanc ,le paprika ,l'huile d'olive .

Déposez les côtes de porc dans un plat.

Versez le mélange vin blanc ,paprika sur les côtes de porc.

Laissez mariner un bon quart d'heure

Huilez et faites chauffer votre plancha.

Quand l'huile est chaude faites cuire les côtes de porc pendant 15 mn.

Rajoutez de la marinade au fur et à mesure de la cuisson

Servez chaud

---

## **Riz au lait raisins secs au cookeo (sans projection)**



# **Riz au lait raisins secs au cookeo**

## **Ingrédients**

500 ml de lait entier ou autre

150 g de riz rond

50 g de sucre (pour une version light) en poudre ou 100 g

50 g de raisins secs

1 sachet de sucre vanillé

2 œufs

3 cuillère à soupe d'arôme vanille

Eau

## **Préparation**

Rincez le riz sous l'eau

Versez le riz dans la cuve et recouvrez d'eau.

**Cuisson rapide ou sous pression**

Programmez 10 mn

Quand la cuisson est terminée égouttez le riz et redéposez le riz dans la cuve et la cuve dans le Cookeo.

### **Mode dorer**

Versez le lait **dans la cuve**. Ajoutez le sucre, le sucre vanillé, l'arôme vanille, et mélangez.

Portez à ébullition . Maintenez l'ébullition pendant 2 mn

Arrêtez le Cookeo.

Ajoutez les œufs et les raisins secs mélangez. Versez la préparation dans des pots ou des ramequins ou dans un moule à charnière

Laissez refroidir à l'air libre puis au frigo .

---

# **Moules marinières maison recette cookeo**



# Moules marinières maison recette cookeo

## Ingrédients pour 4 personnes

2 kg de moules

100 ml d'eau

200 ml de vin blanc

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

Quelques feuilles de persil

3 échalotes

Curry

Sel

Poivre

## Préparation

Lavez et grattez les moules si nécessaire.

Lavez et ciselé le persil

Coupez les échalotes en morceaux .

### **Mode dorer**

Versez l'huile dans la cuve .Quand l'huile est chaude faites revenir les morceaux d'échalotes.

Salez et poivrez selon votre convenance ; Saupoudrez de curry

Versez dans la cuve l'eau, le vin blanc.

.

### **Cuisson rapide ou sous pression**

Programmez 3 mn

.

Servez chaud

---

# **Riz à l'espagnole végété au cookeo**



## **Riz à l'espagnole végétal au cookeo**

### **Ingrédients pour 4 personnes**

300 g de riz

1 poivron

200 g de petits pois congelés

1 oignon

1 cube de bouillon de bœuf

1 dose de Safran ou une cuillère à soupe de rizdor

Eau pour recouvrir les ingrédients

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

Sel

Poivre

### **Préparation**

Épépinez le poivron et coupez le morceaux.

Coupez l'oignon en morceaux .

### **Mode dorer**

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

Ajoutez en suite les morceaux de poivrons

Ajoutez le riz et les petits pois.

Versez l'eau pour recouvrir les ingrédients.

Salez et poivrez.

Emiettez le cube de bouillon de bœuf.

Ajoutez le rizdor.

### **Cuisson rapide ou sous pression**

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

Servez chaud

---

# **Dinde poivrons courgettes recette cookeo**





# **Dinde poivrons courgettes recette cookeo**

## **Ingrédients pour 4 personnes**

4 escalopes de dinde

400 g de courgettes congelées ou fraîches

200 de poivrons congelés ou 1 poivron frais

1 oignon

2 cuillères à soupe d'huile

2 cuillères à café de concentré de tomates

1 petite boîte de tomates pelées

100 ml de vin blanc

100 ml d'eau

Sel

Poivre

## Curry

### **Préparation**

Epluchez et coupez l'oignon en morceaux.

Épépinez le poivron et coupez le en morceaux si c'est du poivron frais

Coupez les escalopes en morceaux

### **Mode dorer**

Versez l'huile dans la cuve et faites dorer les morceaux d'oignons quand l'huile est chaude.

Saupoudrez de curry .

Ajoutez les morceaux d'escalopes pour les faire dorer.

Ajoutez les morceaux de poivrons

Ajoutez la boîte de tomates pelées

Versez 100 ml de vin blanc.

Versez 100 ml d'eau

Emiettez un cube de bouillon de bœuf

Salez et poivrez selon votre convenance.

### **Cuisson rapide ou sous pression**

Programmez 5 mn de cuisson

Quand la cuisson est terminée ajoutez le concentré de tomates. Mélangez.

Servez chaud.

---

# Roulé de dinde pdt petits pois cookeo



# Roulé de dinde pdt petits pois cookeo

## Ingrédients pour 4 personnes

1 roulé de dinde

800 g de petits pois congelés

400 g de pommes de terre

2 échalotes

25 g de beurre

1 cube de bouillon de bœuf

100 ml d'eau

100 ml de vin blanc

Curry

Sel

Poivre

Préparation

Coupez les échalotes en morceaux.

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

Salez et poivrez selon votre convenance

**Mode dorer**

Déposez le beurre dans la cuve puis faites dorer les échalotes puis le roulé de dinde.

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 25 minutes

Quand la cuisson est terminée , ajoutez les petits pois ,les morceaux de pommes de terre

Reprogrammez 5 mn de cuisson sous pression ou cuisson rapide

servez chaud

---

# Rouelle courgettes tomates recette cookeo



## Rouelle courgettes tomates recette cookeo

### Ingrédients pour 4 personnes

1 rouelle de porc

800 g de courgettes fraîches ou congelées

300 ml d'eau

100 ml de vin blanc

1 cube de bœuf

1 oignon

2 cuillères à soupe d'huile

Sel

Poivre

Curry

### **Préparation**

Coupez l'oignon en morceaux

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

Faites ensuite dorer les morceaux d'oignon

Versez dans la cuve un bouillon composé de 300 ml d'eau ,100 ml de vin blanc et un cube de bouillon de bœuf émietté

Salez et poivrez selon votre convenance.

Saupoudrez de curry

### **Cuisson rapide ou sous pression**

Programmez 38 mn.

Quand la cuisson est terminée ajoutez les courgettes et la boîte de tomates pelées **reprogrammez 3 mn** de cuisson rapide ou sous pression.

Servez chaud.

---

# Émincés porc petits pois tomates cuite



# Émincés porc petits pois tomates cuite

## Ingrédients pour 4 personnes

600 g d'émincés de porc

800 g de petits pois congelés

1 petite boîte de tomates pelées

1 cube de bouillon de bœuf

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

Sel

Poivre

100 ml de vin blanc

100 ml d'eau

1 oignon

### **Préparation**

Coupez l'oignon en morceaux.

Versez l'huile d'olive dans la cuve .

Quand l'huile est chaude faites dorer les morceaux d'oignon.

Faites revenir ensuite les émincés de porc.

Ajoutez les petits pois .

Versez la boîte de tomates pelées.

Versez l'eau, le vin blanc.

Emiettez le cube de bouillon de bœuf.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Pour ceux qui aiment pourquoi pas du curry et du piment d'Espelette