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