

Poulet flageolets tomates recette cookeo



Poulet flageolets tomates recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

400 g d'escalopes de poulet

600 g de flageolets surgelés

2 cuillères à café de concentré de tomates

2 carottes

100 ml de vin blanc

300 ml d'eau

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 cube de bouillon de boeuf

Sel

Poivre

Curry

Préparation

Coupez les escalopes en morceaux

Préparez un bouillon avec 100 ml de vin blanc,,300ml d'eau et un cube de bouillon de boeuf émietté.

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve, quand l'huile est chaude faites revenir les morceaux d'escalopes

Ajoutez les flageolets

Versez le bouillon que vous avez préparé

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson sous pression ou cuisson rapide

Programmez 10 mn

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

Servez chaud