

Fiche cookeo longe porc tomate



Fiche cookeo longe porc tomate

Cookeo

Longe de porc à la tomate

Jean-Philippe Rousseau



Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

- 800 g de longe de porc sans os
- 200 g de carottes congelées
- 2 échalotes
- 1 cube de bouillon de boeuf
- Poivre
- 3 cuillères de concentré de tomates
- 1 verre de Vin blanc
- 1 cuillère à soupe de fécule de maïs



Découpez les échalotes en morceaux .

Déposez les carottes et les échalotes dans la cuve .Plongez le cube de bouillon de boeuf .Versez le verre de vin blanc et mélangez

Déposez la longe dans la cuve puis versez 500 ml d'eau
Passer en cuisson rapide et programmez 1 h de cuisson.

Ouvrez votre cookeo puis passez en fonction dorer pour épaissir la sauce . Réservez votre longe pour la couper en tranches .

Ajoutez 3 cuillères à café de concentré de tomates .

Puis ajoutez une cuillère à soupe de fécule de maïs.

Coupez la longe en tranches .Replongez les tranches de longe dans la cuve avec la sauce.

Laissez mijoter 2 mn puis servez avec un légume de votre choix .

```
(adsbygoogle = window.adsbygoogle || []).push({});
```