

Fiche cookeo steaks hachés haricots verts



**Fiche cookeo
steaks hachés haricots verts**

266 CALORIES 8 PP 13 SP



Steaks hachés haricots verts cookeo

266 CALORIES 8 PP 13 SP



Ingrédients pour 5 personnes

5 steaks hachés
500 grammes de haricots verts
1 gros oignon
Sel poivre
400 ml d'eau
1 cube de bouillon de bœuf
Persil coupé déshydraté
Huile d'olive

Préparation

Mode dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve et faites revenir les steaks hachés

Au bout de 2 minutes ajoutez les oignons pour faites dorer

Ajoutez les haricots verts

Saupoudrez de persil ,salez et poivrez selon votre convenance

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

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 5 minutes

Servez chaud