

**Fiche nouvelle version Dinde
ratatouille cookeo**

Dinde ratatouille

• Ingrédients pour 4 personnes •

- ✓ 4 escalopes de dinde
- ✓ 500 g de tomates
- ✓ 500 g d'aubergines
- ✓ 500 g de courgettes
- ✓ 1 oignon / 1 poivron / 2 gousses d'ail
- ✓ 100 ml de vin blanc / 1 cube de bouillon de volaille
- ✓ 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- ✓ 2 cuillères à café de concentré de tomates
- ✓ Thym ou herbes de Provence
- ✓ Sel / Poivre



• Préparation •

- 1 Epépinez et coupez les poivrons en morceaux.
- 2 Coupez les oignons et l'ail en morceaux.
- 3 Coupez les tomates en morceaux.
- 4 Lavez et coupez les courgettes en morceaux.
- 5 Coupez les aubergines en morceaux.



• Mode dorer •

- 1 Versez l'huile d'olive dans la cuve. Quand l'huile est chaude faites dorer les escalopes de dinde.
- 2 Ajoutez les morceaux d'oignons et d'ail pour les faire dorer.
- 3 Déposez dans la cuve les morceaux de courgettes, poivrons, aubergines et tomates.
- 4 Versez 100 ml de vin blanc avec un cube de bouillon de volaille émietté.
- 5 Salez et poivrez. Saupoudrez de thym ou d'herbes de Provence.



• Cuisson rapide ou sous pression •

- 1 Quand la cuisson est terminée ajoutez le concentré de tomates et servez chaud.

