

Fiche recette cookeo Moulinex

Marmite espagnole



RECETTES

Marmite à l'espagnole

• Ingrédients pour 4 personnes :

- 240 g Riz rond
- 400 g Filets de volaille taillés en cubes
- 70 g Chorizo doux coupé en fines tranches
- 100 g Moules cuites (fraîches, surgelées ou en conserve)
- 100 g Poivrons pelés et taillés en dés
- 100 g Oignons pelés et ciselés
- 2 Tomates lavées et hachées
- 100 g Haricots mange-tout lavés et coupés en 2
- 0.6 càc Curcuma
- 50 cl Eau



• Préparation :

- 1 Peler et ciseler les oignons.
- 2 Laver et hacher la tomate.
- 3 Couper les filets de volaille en dés.
- 4 Coupez le chorizo en fines tranches
- 5 Peler les poivrons et couper les en dés
- 6 Couper l'oignon en morceaux



• Mode dorer :

- 1 Mettre le chorizo, l'oignon et les dés de poivron dans la cuve. Les faire colorer.
- 2 Ajouter la volaille et mélanger. Puis, ajouter les tomates hachées, les haricots (sauf les moules). Saler, saupoudrez de curcuma et mélanger de nouveau.
- 3 Versez l'eau



• Cuisson sous pression :

- 1 Programmez le temps indiqué sur le paquet de riz divisé par 2 min



- 2 Ajouter les moules. Bien mélanger et servir.

