

Fiche cookeo spaghettiis dinde moutarde



Fiche

**Spaghettiis dinde moutarde cookeo
370 CALORIES 8 PP 9 SP**



Spaghettis dinde moutarde

370 CALORIES 8 PP 9 SP

Ingrédients pour 4 personnes

4 escalopes de dinde
200 g de champignons de Paris
100 g d'oignons
240 g de spaghettis
2 cuillères à soupe de moutarde forte
Sel
Poivre
20 cl de crème fraîche liquide
Huile d'olive

Préparation

Mode dorer

Versez l'huile d'olive dans la cuve et faites revenir les morceaux de dinde .

Ajoutez les oignons pour les faire dorer puis c'est au tour des champignons

Salez et poivrez selon votre convenance. Versez les spaghettis coupées en 2 dans la cuve

Recouvrez les ingrédients d'eau

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 4 mn le temps indiqué sur le paquet de spaghettis divisé par 2

Quand la cuisson est finie ajoutez la crème fraîche et la moutarde .

Servez chaud



<https://www.facebook.com/cookeorecettes/>

<http://sport-et-regime.com/category/cookeo/>

<http://recettescookeo.net/>

Encore plus de recettes Cookeo ici



RecettesCookeo.net