Oeufs cocotte tomates poulet cookeo

Oeufs cocotte tomates poulet cookeo

Ingrédients pour 2 cocottes

2 œufs

1 tranche de blanc de poulet

2 cuillères à soupe de crème fraîche

1 tomate

Curry

Sel

Poivre

200 ml d’eau

Préparation

Ajoutez le sel, le poivre, le curry avec la crème fraîche et

mélangez

Déposez dans chaque ramequin une demi-tranche de blanc de poulet

Déposez ensuite une cuillère à soupe de crème fraîche dans chaque récipient

Déposez ensuite une moitié de tomates dans chaque ramequin

Cassez un œuf par récipient

Déposez les cocottes dans le panier vapeur.

Versez l’eau dans la cuve.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 3 mn

Servez chaud