

One pot riz filets sole poireaux riz recette cookeo



One pot riz filets sole poireaux riz recette cookeo

280 calories

Ingrédients

300 g de riz

4 filets de soles

300 g de poireaux congelés

1 cube de court bouillon

100 ml de vin blanc

1 cuillère à café de moutarde

20 ml de jus de citron

Sel

Poivre

Préparation

Déposez dans a cuve le riz,le poireaux et les filets de soles

Versez l'eau pour recouvrir le riz(500 ml environ)

Emiettez le cube de court bouillon

Versez le vin blanc

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez le temps indiqué sur le paquet de riz divisé par 2

Quand la cuisson est terminée ajoutez la moutarde et jus de citron . Mélangez et servez chaud