

# One pot riz poireaux thon recette cookeo



## One pot riz poireaux thon recette cookeo

**180 calories**

### **Ingrédients pour 4 personnes**

1 petite boite de thon nature

200 g de poireaux

300 g de riz

100 ml vin blanc

400 ml d'eau

1 cube de court bouillon

1 cuillères à soupe de moutarde

125 g de fromage blanc

Sel, poivre

### **Préparation**

Préparez un bouillon avec 100 ml de vin blanc, 400 ml d'eau et un cube de court bouillon émietté

Lavez et coupez les poireaux en rondelles

Versez le riz et ajoutez les rondelles de poireaux

Versez le bouillon préparé

Salez et poivrez.

### **Cuisson rapide ou sous pression**

Programmez 5 mn (temps indiqué sur le paquet de riz divisé par 2)

Quand la cuisson est terminée ajoutez la moutarde et le fromage blanc . Mélangez.

Servez chaud