

# Rôti de porc courgettes tomates cookeo



# Rôti de porc courgettes tomates cookeo

## Ingrédients

1 rôti de porc

800 g de courgettes

1 petite boîte de tomates pelées

100 ml de vin blanc

1 cube de bœuf

200 ml d'eau

2 cuillères à soupe d'huile

Curry

## Préparation

Coupez les courgettes en morceaux

Versez l'huile dans la cuve, quand l'huile est chaude faites revenir le rôti de porc sur toutes ses faces.

Versez l'eau et le vin blanc et le cube de bouillon de boeuf.

Salez et poivrez selon votre convenance.

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

Programmez 35 mn.

Quand la cuisson est terminée ajoutez les morceaux de courgettes ,la boite de tomates pelées.

**Reprogrammez 5 mn** de cuisson rapide ou sous pression.

Servez chaud.

---

# **Compote de poires recette cookeo**



## **Compote de poires recette cookeo**

### **Ingrédients**

700 g de poires coupées en morceaux

50 ml d'eau

50 g de sucre

1 cuillère à soupe d'extrait d'arôme vanille

### **Préparation**

Epluchez et coupez les poires en morceaux.

Déposez les morceaux de poire dans la cuve.

Ajoutez 50 g de sucre en poudre.

Versez l'eau.

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

Programmez 6 mn de cuisson rapide

Quand la cuisson est terminée mixez l'ensemble des ingrédients.

Versez la préparation dans un saladier ou dans des pots à confiture

Laissez refroidir à l'air libre pour une mise en saladier.

Si vous optez pour les pots versez la compote dans les pots. Fermez avec les couvercles puis retournez les pour les rendre hermétiques.

Pour la version saladier déposez le saladier au frigo pendant au moins 2 h.

---

## **Frites surgelées (spéciales four) extra crisp cookeo**



**Frites surgelées (spéciales four)**

# extra crisp cookeo

## Ingrédients

600 g de frites surgelées spéciales four

1 cuillère à soupe d'huile

Sel

## Préparation

Versez l'huile dans la cuve

Déposez les frites surgelées spéciales four dans la cuve.

Déposez le couvercle extra crisp sur la cuve du cookeo.

Programmez 20 mn à 200°. Démarrez votre cuisson

Remuer les frites de temps en temps.

Reprogrammez 8mn de cuisson si nécessaire

Servez chaud

---

**Courgettes    thon    tomates**  
**recette cookeo**



# Courgettes thon tomates recette cookeo

## Ingrédients pour 4 personnes

1 kg de courgettes

1 boîte de thon au naturel

1 petite boîte de tomates pelées

1 oignon

1 gousse d'ail

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

Sel

Poivre

Curry

100 ml de vin blanc

50 ml d'eau

1 cube de bouillon de bœuf

2 cuillères à café de concentré de tomates

### **Préparation**

Coupez les courgettes en morceaux.

Hachez l'ail et l'oignon

Egouttez le thon .

### **Mode dorer**

Versez l'huile dans la cuve ,quand l'huile est chaude faites dorer les oignons et l'ail haché ,ajoutez les morceaux de courgettes.

Ajoutez le thon égoutté dans la cuve.

Versez le vin blanc et l'eau .

Ajoutez les tomates pelées.

Emiettez le cube de bouillon de bœuf dans la cuve .

Saupoudrez de curry .

Salez et poivrez et selon votre convenance.

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

Programmez 5 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez le concentré de tomates ,mélangez et servez chaud avec du riz par exemple .

---

# Pommes de terre frites aubergines extra crisp cookeo



## Pommes de terre frites aubergines extra crisp cookeo

### Ingrédients

600 g de pommes de terre

1 aubergine

4 cuillères à soupe d'huile

Sel

Poivre

Paprika

### Préparation

Epluchez, passez sous l'eau les pommes de terre et coupez-les en morceaux.



Essuyez les morceaux de pommes de terre.

Coupez l'aubergine en morceaux

Déposez les pommes de terre et les morceaux d'aubergines dans un saladier puis versez 3 cuillères à soupe d'huile et mélangez.

Versez une cuillère à soupe d'huile dans la cuve du cookeo.

Ajoutez les pommes de terre et les morceaux d'aubergines.

### **Cuisson**

Déposez le couvercle extra crisp Cookeo sur la cuve.

Programmez 200° pendant 30 mn.

Otez le de temps en temps pour mélanger et mélangez les pommes de terre et les morceaux d'aubergines.

Quand la cuisson est terminée salez et poivrez selon votre convenance

---

# **Rôti de boeuf extra crisp cookeo**



# Rôti de boeuf extra crisp cookeo

## Ingrédients

1 rôti de bœuf

Sel

Poivre

1 ou 2 gousses d'ail

1 cuillère à soupe d'huile

Un peu d'eau

## Préparation

Epluchez les gousses d'ail .

Piquez le rôti avec l'ail.

Badigeonnez le rôti avec un peu d'huile

## Cuisson

Programmez 10 mn à 200°

Au bout de 10 mn retournez votre rôti et reprogrammez 10 mn

.

En fonction de votre demande en cuisson (saignant à point, bien cuit, rajoutez du temps de cuisson)

Suivez ce lien pour les temps de cuisson des rôtis de bœuf au four  
<https://www.tempsdecuisson.net/les-viandes/roti-de-boeuf/cuisson-au-four>

---

## **Colombo poulet petits pois recette cookeo**



**Colombo poulet petits pois recette**

# cookeo

## **Ingrédients pour 4 personnes**

400 g à 600 g d'escalopes de poulet

600 g à 800 g de petits pois congelés

1 petite boîte de tomates pelées

1 cube de bouillon de bœuf

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

Sel

Poivre

100 ml de vin blanc

100 ml d'eau

1 oignon

Curry

## **Préparation**

Coupez l'oignon en morceaux. (vous pouvez aussi le passer au hachoir)

Versez l'huile d'olive dans la cuve .

Quand l'huile est chaude faites dorer les morceaux d'oignon.

Faites revenir ensuite les morceaux d'escalopes de poulet

Ajoutez les petits pois .

Versez la boîte de tomates pelées.

Versez l'eau, le vin blanc.

Emiettez le cube de bouillon de bœuf.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Pour ceux qui aiment pourquoi pas du curry et du piment d'Espelette

Cuisson sous pression ou cuisson rapide

Programmez 6 mn

Servez chaud

---

## **Cuisse de dinde extra crisp cookeo**



## **Cuisse de dinde extra crisp cookeo**

**Ingrédients**

1 cuisse de dinde

100 ml de vin blanc

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 petite boîte de tomates pelées

1 cuillère à soupe d'huile

Herbes de Provence

Sel

Poivre

### **Préparation**

Versez les cuillères à soupe d'huile dans la cuve

Déposez la cuisse de dinde dans la cuve du cookeo

Déposez le couvercle extra crisp sur la cuve du cookeo

Programmez 30 mn de cuisson à 200°

Au bout de 15 mn retournez la cuisse de dinde et poursuivez la cuisson .

Lorsqu'il reste 5 mn de cuisson retournez à nouveau la cuisse dinde.

Quand les 30 mn de cuisson sont terminées ajoutez le verre de vin blanc.

Saupoudrez avec des herbes de Provence

Salez et poivrez

Ajoutez les tomates pelées et reprogrammez 5 mn de cuisson à 200° .

Servez chaud avec des féculents par exemple

---

# Spaghettis poulet tomates courgettes cookeo



# Spaghettis poulet tomates courgettes cookeo

## Ingrédients pour 4 personnes

400 g d'émincés de poulet

300 g de spaghettis

1 courgette

2 cuillères à soupe d'huile

1 oignon

1 petite boîte de tomates pelées

2 cuillères à café de concentré de tomates

100 ml de vin blanc

1 oignon

Sel

Poivre

Eau pour recouvrir les ingrédients au ras

Curry

1 cube de bouillon de volailles

### **Préparation**

Coupez l'oignon en morceaux

Coupez les courgettes en rondelles

Faites tremper les spaghettis avec de l'eau dans un plat 10 mn avant le début de la recette

### **Mode dorer**

Versez l'huile dans la cuve, quand l'huile est chaude faites revenir les émincés de poulet.

Faites revenir ensuite les morceaux d'oignons

Salez ,poivrez ,saupoudrez de curry .

Emiettez le cube de bouillon de volailles dans la cuve .

.Ajoutez les spaghettis dans la cuve

Ajoutez la boîte de tomates pelées

Versez ,le vin blanc, l'eau afin de recouvrir les ingrédients.

Salez et poivrez selon votre convenance.



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

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

Quand la cuisson est terminée égouttez votre cuve si nécessaire( s'il y a trop d'eau) ajoutez les cuillères à café de concentré de tomates Mélangez.

Servez chaud

---

# **Poulet rôti haricots extra crisp cookeo**



# **Poulet rôti haricots extra crisp**

# cookeo

## Ingrédients

1 poulet

2 cuillères à soupe de curry

1 grosse boîte de haricots verts

1 petite boîte de tomates pelées

Sel

Poivre

## Préparation

Egouttez et passez sous l'eau les haricots verts.

Mélangez 500 ml d'eau avec le curry

Déposez le poulet dans la cuve du cookeo

Versez un peu de mélange eau curry sur le poulet.

Salez et poivrez selon votre convenance

Déposez le couvercle extra crisp sur la cuve du cookeo et programmez la cuisson

## Cuisson

Sélectionnez le menu 1. « Rôtir ». Le couvercle extra crisp vous propose de base 45 mn. Vous pouvez augmenter le temps de cuisson.

Pour ma part j'ai un poulet de 1,3 kg je programme 50 mn.

Vous pouvez aussi programmer 200° pour 55 mn de cuisson sans passer par le menu rôtir

Retournez le poulet de temps en temps sur toutes ses faces

Enlevez le couvercle et déposez les haricots verts et les tomates dans la cuve du cookeo puis programmez 10 mn à 200°

Quand la cuisson est terminée servez chaud

---

## **Sautés poulet tomates extra crisp cookeo**



## **Sautés poulet tomates extra crisp cookeo**

**Ingrédients pour 4 personnes**

400 g de sautés de poulet

1 petite boîte de tomates pelées

Sel

Poivre

Basilic déshydraté ou frais

50 ml de vin blanc

Une cuillère à soupe de moutarde

2 cuillères à soupe d'huile

### **Préparation**

Versez l'huile dans la cuve et déposez les sautés de porc.

Mélangez avec les tomates pelées ,la moutarde le vin blanc.

### **Cuisson**

Programmez 20 mn à 200 °

Vérifier la cuisson toutes les 5 mn environ . Remuez .

Au bout de 15 mn de cuisson ajoutez le mélange tomates pelées ,moutarde ,vin blanc .

Salez et poivrez selon votre convenance.

Saupoudrez de basilic.

Reposez votre couvercle puis laissez finir la cuisson pour 5 mn .

Servez chaud avec un féculent de votre choix .

---

# Tomates farcies cookeo extra crisp



## Tomates farcies cookeo extra crisp

### Ingrédients pour 4 personnes

350 g de chair à saucisses

4 tomates

100 ml de vin blanc

1 oignon

Sel

Poivre

2 gousses d'ail

Persil

## **Préparation**

Coupez des chapeaux sur la tomate et évidez les tomates.

Coupez l'oignon et l'ail en morceaux .

Hachez l'oignon ,l'ail et le persil avec un peu de chair se tomates. (Conservez le reste de la chair pour faire du coulis).

Déposez la chair à saucisses dans un saladier

Ajoutez dans le saladier l'oignon,l'ail,le persil et la chair de tomates haché.

Ajoutez les 2 cuillères à soupe d'huile d'olive et le vin blanc

Salez et poivrez .

.Mélangez tous les ingrédients et garnissez les tomates avec cette farce.

Placez les tomates dans la cuve du cookeo.

Placez le couvercle extra crisp sur la cuve du cookeo.

**Programmez 40 mn à 180° (le temps peut varier en fonction de la grosseur de vos tomates)**

Servez chaud avec du riz par exemple

---

# Légumes d'été à ma façon recette cookeo



## Légumes d'été à ma façon recette cookeo

### Ingrédients pour 4 personnes

4 tomates

1 oignon frais

400 g d'aubergines

600 g de courgettes

2 cuillères à café d'huile d'olive

1 cuillère à soupe de persil déshydraté

100 ml de vin blanc

1 cube de bouillon de bœuf

2 cuillères à soupe de concentré de tomates

Sel

Poivre

Curry

### **Préparation**

Coupez les tomates, les courgettes, les aubergines, l'oignon en morceaux

### **Mode dorer**

Versez l'huile d'olive dans la cuve et faites dorer les oignons

Faites ensuite revenir, les morceaux d'aubergines et les morceaux de courgettes.

Ajoutez les tomates coupées en morceaux.

Salez, poivrez ,saupoudrez de curry et de persil déshydraté

Versez 100 ml de vin blanc

Emiettez le cube de bouillon de boeuf

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

Programmez 6 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez les cuillères de concentré de tomates et mélangez.

---



# Frites boulettes de boeuf extra crisp cookeo



## Frites boulettes de boeuf extra crisp cookeo

### Ingrédients

700 g de pommes de terre

4 cuillères à soupe d'huile

500 g de viande hachée

Sel

Poivre

### Préparation

Epluchez, passez sous l'eau les pommes de terre et coupez-les en frites

Essuyez les morceaux de pommes de terre.

Déposez les frites de pommes de terre dans un saladier puis versez 2 cuillères à soupe d'huile et mélangez.

Préparez des boulettes avec la viande hachée

Versez 2 cuillères à soupe d'huile dans la cuve du Cookeo.

Ajoutez les pommes de terre.

Déposez le couvercle extra crispé Cookeo sur la cuve.

Programmez 200° pendant 20 mn.

Toutes les 5 mn, ôtez le couvercle et mélangez les pommes de terre.

Au bout de 20 mn ajoutez les boulettes de bœuf et programmez 15 mn de cuisson.

Mélangez toutes les 5 mn les frites et les boulettes de boeuf