

Poulet rôti moutarde extra crisp cookeo



Poulet rôti moutarde extra crisp cookeo

Ingrédients

1 poulet

2 cuillères à soupe d'huile d'olive pour la marinade

2 cuillères à soupe d'huile pour la cuve

2 cuillères à soupe de moutarde

100 ml de vin blanc

Herbes de Provence

Sel

Poivre

Préparation

Dans un récipient versez l'huile, la moutarde, le vin blanc .

Saupoudrez avec les herbes de Provence. A l'aide d'un

pinceau badigeonnez votre poulet avec la préparation.

Salez et poivrez selon votre convenance

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 55 mn.

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

Quand la cuisson est terminée servez chaud

Cuisses poulet tomates cookeo extra crisp



Cuisses poulet tomates cookeo extra crisp

Ingrédients pour 2 cuisses de poulet

2 cuisses de poulet

2 cuillères à soupe de moutarde

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 la cuillère à soupe d'huile dans la cuve

Déposez le couvercle sur la cuve du cookeo.

Faites préchauffer à 200°pendant 5 mn

Dans un bol mélangez la moutarde ,le vin blanc , l'huile d'olive ,les herbes de Provence.

Salez et poivrez

Badigeonnez les cuisses de poulet avec la marinade

Cuisson

Programmez 30 mn à 200°

A la moitié du temps de cuisson ,retournez les cuisses de poulet et badigeonnez avec la marinade.

Poursuivez la cuisson

Quand la cuisson est terminée ,ajoutez les tomates pelées et reprogrammez 5 mn à 200°

Servez chaud avec des féculents par exemple

Pommes de terre frites fraîches extra crisp cookeo



Pommes de terre frites fraîches extra crisp cookeo

Ingrédients

700 g de pommes de terre

3 cuillères à soupe d'huile

Sel

Poivre

Préparation

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

Essuyez les morceaux de pommes de terre.

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

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

Ajoutez les pommes de terre.

Cuisson

Déposez le couvercle extra crisp Cookeo sur la cuve.

Programmez 200° pendant 30 mn.

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

Quand la cuisson est terminée salez et poivrez selon votre convenance

Pommes de terre à la purée de tomates cookeo



Pommes de terre à la purée de tomates cookeo

Ingédients pour 4 personnes

800 g de pommes de terre

1 oignon

100 ml de vin blanc

200 ml d'eau

1 petite boîte purée de tomates

1 cuillère à soupe de moutarde

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

Curry

Sel

Poivre

Préparation

Faites préchauffer votre four à 180°

Pelez et lavez les pommes de terre. Coupez-les ensuite en morceaux.

Coupez l'oignon en morceaux

Mélangez la moutarde avec la purée de tomates

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve. Quand l'huile est chaude faites dorer les morceaux d'oignon.

Ajoutez les pommes de terre .

Salez et poivrez selon votre convenance.

Saupoudrez de curry

Versez l'eau et le vin blanc

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 3 mn.

Quand la cuisson est terminée , égouttez la cuve .

Déposez les pommes de terre dans un plat qui va au four .

Versez sur les pommes de terre la purée de tomates mélangée avec la cuillère à soupe de moutarde.

Enfournez 15 mn à 180°.

Servez chaud avec une viande ou un poisson .

Riz poulet citron recette cookeo



Riz poulet citron recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

300 g de riz

400 g d'escalopes de poulet

300 g de champignons de Paris frais ou congelés ou en boîte

1 cube de bouillon de bœuf

1 oignon

30 ml de jus de citron

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

Sel

Poivre

Eau pour recouvrir

Préparation*

Coupez le poulet et l'oignon en morceaux

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve. Quand l'huile est chaude faites dorer vos morceaux d'oignon puis les morceaux de poulet .

Ajoutez le riz et les champignons de Paris dans la cuve.

Versez de l'eau pour recouvrir les ingrédients et emiettez le cube de bouillon de bœuf

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, ouvrez votre Cookeo . Egouttez la cuve si nécessaire.

Ajoutez le jus de citron ,mélangez et servez chaud.

Frites surgelées cookeo extra crisp



Frites surgelées cookeo extra crisp

Ingrédients

600 g de frites surgelées au four

4 cuillères à soupe d'huile

Sel

Poivre

Préparation

Versez l'huile dans la cuve

Déposez les frites surgelées dans la cuve.

Déposez le couvercle extra crisp sur la cuve du cookeo.

Sélectionnez menu 3 et programmez 28 mn. Appuyer sur start et la cuisson démarre.

Remuer les frites de temps en temps.

Servez chaud

Côtes de porc paprika plancha



Côtes de porc paprika plancha

Ingrédients pour 2 personnes

2 côtes de porc

1 cuillère à café de paprika

Ingrédients pour 4 personnes

4 côtes de porc

4 cuillères à soupe d'huile d'olive

2 cuillère à café de paprika

100 ml de vin blanc

Préparation

Mélangez dans un bol le vin blanc ,le paprika ,l'huile d'olive .

Déposez les côtes de porc dans un plat.

Versez le mélange vin blanc ,paprika sur les côtes de porc.

Laissez mariner un bon quart d'heure

Huilez et faites chauffer votre plancha.

Quand l'huile est chaude faites cuire les côtes de porc pendant 15 mn.

Rajoutez de la marinade au fur et à mesure de la cuisson

Servez chaud

Poulet rôti basilic cookeo extra crisp



Poulet rôti basilic cookeo extra crisp

Ingrédients

1 poulet

6 cuillères à soupe d'huile

1 cuillère à soupe de basilic déshydraté

1 cuillère à soupe de curry

Sel

Poivre

Préparation

Dans un récipient versez l'huile, saupoudrez avec le curry. Ajoutez le basilic et mélangez ;

A l'aide d'un pinceau badigeonnez votre poulet avec la préparation.

Salez et poivrez selon votre convenance

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'au un poulet de 1,3 kg je programme 50 mn.

Quand la cuisson est terminée servez chaud

Rôti de porc pdt champignons cookeo



Rôti de porc pdt champignons cookeo

Ingrédients pour 4/6 personnes.

1 rôti de porc

800 g de pommes de terre

300 g de champignons de Paris

1 oignon

100 ml de vin blanc

300 ml d'eau

Sel

Poivre

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 cube de bouillon de bœuf

Préparation

Epluchez, lavez et coupez les pommes de terre en morceaux

Passez les champignons de Paris sous l'eau puis émincez les.

Faites dorer le rôti avec de l'huile d'olive dans la cuve, puis ajoutez les morceaux d'oignons.

Versez un bouillon composé de 200 ml d'eau ,100 ml de vin blanc et d'un cube de bouillon de bœuf émietté.

Salez, poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 35 mn. Ajoutez les morceaux de pommes de terre, les champignons de Paris et reprogrammez 5 mn de cuisson

Servez chaud.

Spaghettis carottes viande hachée cookeo



Spaghettis carottes viande hachée cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

400 g de spaghettis

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

400 g de Viande hachée

200 g de carottes fraiches ou congelés

250 g de tomates cerises

100 ml de vin blanc

1 cube de bouillon de bœuf

Sel

Poivre

1 oignon

Préparation

Coupez l'oignon en morceaux

Dans un plat déposez les spaghettis puis recouvrez les d'eau (il s'agit de les ramollir pour les mettre sans les casser dans le Cookeo)

Mode dorer

Versez l'huile d'olive dans la cuve, quand l'huile est chaude faites revenir les morceaux d'oignon.

Ajoutez la viande hachée

Ajoutez les spaghettis égouttés.

Ajoutez les carottes et les tomates cerises

Versez le vin blanc

Versez de l'eau pour recouvrir les ingrédients.

Emiettez un cube de bouillon de bœuf

Salez et poivrez

Cuisson rapide ou sous pression

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

Quand la cuisson est terminée (égouttez si nécessaire la cuve) ajoutez le concentré de tomates et mélangez

Servez chaud

Salade chou fleur oeufs recette cookeo



Salade chou fleur oeufs recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

800 g de chou-fleur frais ou congelés

2 œufs

Persil quelques feuilles

Sel

Poivre

1 cuillère à soupe de moutarde

4 cuillères à soupe d'huile

2 cuillères à soupe de vinaigre

Préparation

Ciselez le persil

Passez les œufs sous l'eau.

Découpez les fleurettes de chou-fleur.

Préparez votre vinaigrette avec le vinaigre, la cuillère à soupe de moutarde, les cuillères d'huile ,le sel ,le poivre, les feuilles de persil.

Déposez dans la cuve les fleurettes de chou-fleur et les œufs.

Versez l'eau dans la cuve

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn

Quand la cuisson est terminée, plongez les œufs dans un saladier d'eau froide.

Ecalez les œufs.

Egouttez les fleurettes de chou, placez-les dans un saladier avec les œufs écalés et laissez refroidir à l'air libre.

Déposez le saladier dans le frigo pendant au moins 2 bonnes heures.

Sortez le saladier, coupez les œufs en morceaux.

Ajoutez le persil.

Servez avec la sauce vinaigrette.

Artichauts sauce vinaigrette recette cookeo



Artichauts sauce vinaigrette recette cookeo

Ingrédients pour 2 artichauts

2 artichauts

300 ml d'eau

Sel

Poivre

Pour la vinaigrette

6 cuillères à soupe d'huile d'olive

2 cuillères à soupe de vinaigre de vin

1 cuillère à soupe de moutarde

Préparation

Coupez les queues des artichauts.

Passez vos artichauts sous l'eau

Déposez les artichauts passés sous l'eau dans le panier vapeur

Versez 300 ml d'eau dans la cuve.

Déposez le panier vapeur dans la cuve.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 35 mn

Quand la cuisson est terminée laissez refroidir à l'air libre puis au frigo au moins 2 h.

Préparez la vinaigrette avec les 6 cuillères à soupe d'huile d'olive, le vinaigre, la moutarde. Salez et poivrez.

Légumes d'été à la plancha



Légumes d'été à la plancha

Ingrédients pour 2 personnes

1 aubergine

2 courgettes

1 poivron

Sel

Poivre

Curry

Herbes de Provence

100 ml de vin blanc

4 cuillères à soupe d'huile d'olive

Ingrédients pour 4 personnes

2 aubergines

4 courgettes

2 poivrons

Sel

Poivre

Curry

200 ml de vin blanc

8 cuillères à soupe d'huile d'olive

Préparation

Mélangez le vin blanc et l'huile d'olive, le curry le sel et le poivre.

Coupez l'aubergine et les courgettes en morceaux.

Épépinez le poivron et coupez le en morceaux.

Déposez les morceaux d'aubergine, de poivron et de courgette dans un plat.

Versez la préparation vin blanc, huile d'olive dans le plat.
Mélangez

Laissez mariner 15 mn

Huilez votre plancha. Faites chauffer votre plancha.

Quand la plancha est bien chaude faites cuire l'ensemble des ingrédients.

Saupoudrez d'herbes de Provence

Servez chaud avec viande de votre choix.

Salade macédoine au thon recette cookeo



Salade macédoine au thon recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

500 g de macédoine de légumes congelés

1 boîte de thon

4 cuillères à soupe de mayonnaise

1 cuillère à soupe de moutarde

1 tomate

Sel

Poivre

200 ml d'eau

Préparation

Coupez la tomate en morceaux

Egouttez et émiettez le thon.

Déposez dans la cuve la macédoine de légumes.

Versez 200 ml d'eau.

Salez et poivrez

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 6 mn

Quand la cuisson est terminée, égouttez la cuve.

Versez la macédoine de légumes dans un saladier.

Laissez refroidir à l'air libre puis déposez les miettes de thon et les morceaux de tomates dans le saladier.

Placez le saladier au frigo au moins pour 2 bonnes heures.

Sortez le saladier du frigo.

Ajoutez la mayonnaise et la moutarde. Mélangez et servez.