

# Poireaux pommes de terre weight watchers au cookeo : la fiche

**Cookeo**  
**Moulinex**

Poireaux pommes de terre wwatchers



## Ingrédients pour 4 personnes

1 jaune d'œuf  
100 g d'oignons congelés  
2 gousses d'ail coupées en morceaux  
4 pommes de terre coupées en morceaux  
400 g de poireaux congelés  
2 cuillères à soupe de crème fraîche  
Sel  
Poivre  
2 cuillères à soupe d'huile d'olive  
200 ml d'eau  
1 cube de bouillon de bœuf



<https://www.facebook.com/cookeorecettes/>

## Préparation

### Mode dorer

Versez 2 cuillères à soupe d'huile d'olive pour faire revenir les oignons, l'ail, Ajoutez les poireaux puis les pommes de terre. Versez un bouillon constitué d'eau et du cube de bouillon de bœuf.

Salez et poivrez selon votre convenance.

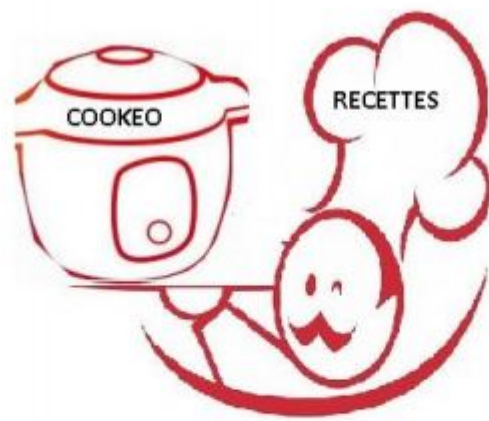
**Cuisson rapide ou cuisson sous pression**  
**Programmez 10 mn**

Pendant la cuisson mélangez la crème fraîche avec le jaune d'œuf. (séparez le blanc du jaune )  
Quand la cuisson est terminée versez votre sauce dans la cuve et mélangez .

<http://sport-et-regime.com/category/cookeo/>

Poireaux pommes de terre weight watchers au cookeo. Vous pouvez imprimez ou créer un PDF de cette fiche en cliquant sur l'un des 2 onglets en haut à droite de l'article.





# **1000 RECETTES COOKEO**