Poulet en ratatouille recette cookeo

Poulet en ratatouille recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

400 g d’aiguillettes de poulet

1 grosse boite de tomates pelées

300 g de pois chiche

1 aubergine

3 courgettes

1 oignon

1 poivron jaune

400 ml d’eau

Ail semoule

1 cube de bouillon de légumes

1 cuillère à soupe d’huile d’olive

Thym ou herbes de Provence

Sel

Poivre

Curry ou cumin

Préparation

Préparez un bouillon avec 400 ml d’eau et un cube de bouillon de légumes émietté

Epépinez et coupez les poivrons en morceaux

Coupez l’oignon en morceaux

Lavez et coupez les courgettes et l’aubergine en morceaux

Egouttez les pois chiches et passez les sous l’eau

Mode dorer

Versez l’huile d’olive dans la cuve .Quand l’huile est chaude faites dorer les aiguillettes de poulet et les morceaux d’oignon.

Saupoudrez de curry

Saupoudrez de thym et d’ail semoule

Ajoutez les morceaux d’oignons pour les faire dorer.

Ajoutez les morceaux d’aubergine, de courgettes ,de poivron ,les pois chiches et les tomates pelées

Versez 400 ml d’eau avec un cuve de bouillon de volaille émietté.

Salez et poivrez .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 6 mn

Quand la cuisson est terminée servez chaud