

# Récapitulatif fiches cookeo nouvelles

## Allumettes canard pomme de terre

### Ingrédients pour 4 personnes

- ✓ 200 g d'allumettes de canard.
- ✓ 800 g de pommes de terre.
- ✓ 2 cuillères à soupe d'huile / Sel / Poivre.
- ✓ 2 cuillères à soupe de vinaigre.
- ✓ 300 ml d'eau

### Préparation

- 1 Epluchez, passez sous l'eau et coupez les pommes de terre en morceaux. Déposez les **morceaux** de pommes de terre dans la cuve. Versez 200 ml d'eau.

### Cuisson rapide ou sous pression

- 1 Programmez 4 mn.

Quand la cuisson est terminée égouttez la cuve et réservez les pommes de terre.

- 2 Rincez et essuyez votre cuve et replacez la dans le cookeo.

- 3 Passez en mode dorer.

Versez l'huile, quand l'huile est **chaude** déposez les allumettes de canard.

- 4 Laissez revenir une minute ou 2

- 5 Servez chaud.





# Blanquette boudin blanc

## Ingrédients pour 4 personnes

- ✓ 3 boudins blancs
- ✓ 600 g de champignons de Paris frais ou congelés.
- ✓ 100 ml de vin blanc.
- ✓ 200 ml d'eau / 1 cube de bouillon de boeuf
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche.
- ✓ 1 cuillère à soupe de moutarde
- ✓ Sel / Poivre / 30 g de beurre.
- ✓ 1 oignon

## Préparation

- 1 Coupez les boudins blancs en tronçons.
- 2 Coupez l'oignon en morceaux
- 3 Passez les champignons de Paris sous l'eau et émincez les si ce sont des champignons frais.
- 4 Préparez un bouillon avec 200 ml d'eau, 100 ml de vin blanc et un cube de bouillon de bœuf émietté

## Mode dorer

- 1 Déposez le beurre dans la cuve et faites revenir les oignons et les tronçons de boudin blanc.



## Cuisson sous pression ou cuisson rapide

- 1 Programmez 5 mn
- 2 Quand la cuisson est terminée passez en mode dorer.
- 3 Ajoutez la crème fraîche et la moutarde et la cuillère à soupe de maizena pour faire épaissir la sauce
- 4 Quand la sauce a épaissi servez chaud

- 2 Versez le bouillon préparé. Salez et poivrez selon votre convenance.





# Frittata tomates courgettes

## • Ingrédients pour 4 personnes •

- ✓ 6 œufs / 1 oignon / 1 courgette
- ✓ 2 tomates
- ✓ 3 cuillères à soupe d'huile / Sel / Poivre

## • Préparation •

- 1 Cassez et battez les œufs dans un saladier. Salez et poivrez



## • Mode dorer •

- 1 Versez l'huile dans la cuve et quand l'huile est chaude faites revenir les morceaux d'oignons, tomates et courgettes pendant 5 mn.
- 2 Coupez l'oignon en morceaux.



## • Mode dorer •

- 1 Versez l'huile dans la cuve et quand l'huile est chaude faites revenir les morceaux d'oignons, tomates et courgettes pendant 5 mn.
- 2 Versez les œufs battus dans la cuve et arrêtez la fonction dorer
- 3 Cuisson rapide ou sous pression  
Programmez 2 mn. Avant les 2 mn un code d'erreur eau va être signalé (voir la vidéo). Arrêter alors tout de suite votre cookeo et ouvrez le couvercle.
- 4 Déposez une assiette dessus la cuve et retourner la cuve pour que l'omelette se retrouve dans l'assiette
- 5 Servez chaud.





# Oeufs Lait Caramel

## • Ingrédients •

- ✓ 1 boîte de lait concentré sucré (397 g poids net)
- ✓ L'équivalent du lait concentré en lait nature
- ✓ Nappage caramel
- ✓ 4 œufs
- ✓ 400 ml d'eau



## • Préparation •

- 1 Dans un saladier versez le lait concentré, puis versez du lait dans la boîte vide du lait concentré (Mélangez.)



- 2 Versez du nappage caramel dans un moule qui va dans le panier vapeur du cookeo.



- 3 Cassez les oeufs un à un puis mélangez avec le lait concentré et le lait normal.



- 4 Cuisson rapide ou sous pression Programmez 15 mn de cuisson Laissez refroidir à l'air libre.

- 5 Puis placez au frigo minimum 1 h (vous pouvez disposer un film dessus le moule)

- 6 Démoulez et servez.



Allumettes canard pommes de terre

Blanquette boudins blancs

Frittata tomates courgettes

Oeufs lait caramel