

**Cookeo courgettes au Boursin  
weight watchers la fiche**





Préparation 5 mn

Cuisson 5 mn

Propoints 2

Calories 72

### Ingrédients pour 2 personnes

2 courgettes coupées en fines rondelles  
60 gr de riz cru Basmati  
50 gr de boursin cuisine  
sel  
poivre



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

### Préparation

Mettre tous les ingrédients dans la cuve.

Couvrir d'eau.

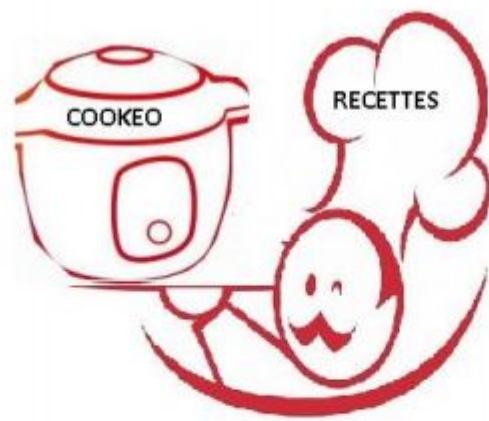
Mettre en cuisson rapide pendant 5 minutes.

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

# Cookeo courgettes au Boursin weight watchers :

Découvrez cette **recette** cookeo de courgettes au Boursin weight watchers. Vous pouvez imprimer 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**