

Recette cookeo diététique clémentines aux pignons

Cookeo**Moulinex**

Clémentines menthe pignons



Préparation 5 mn

Cuisson 1 mn

Propoints 3 Calories 120

Ingrédients pour 4 personnes600 g de suprêmes de
clémentines

160 g de sucre

12 feuilles de menthe

250 ml d'eau

20 g de pignons de pin

10 g de beurre

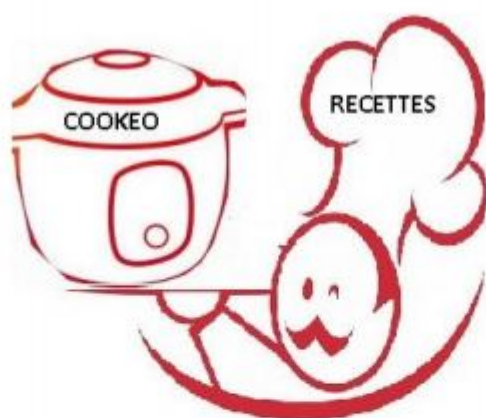
Mode dorer*Faites fondre le beurre dans la cuve.**Faites dorer les pignons puis réservez-les.**Versez de l'eau dans la cuve, ajoutez le sucre
puis la moitié des feuilles de menthe et les
suprêmes de clémentines.***Mode cuisson rapide ou cuisson sous pression**
Programmez 1 mn.*Laissez refroidir à l'air libre, dans le sirop et
placer au frigo.**Au moment de servir ajoutez les pignons et le
reste des feuilles de menthe.*<https://www.facebook.com/cookeorecettes/><http://sport-et-regime.com/category/cookeo/>

**Voici une Recette cookeo diététique
clémentines aux pignons. Cette
recette présente 120 calories et
3 propoints pour les amateurs de
recettes weight watchers.**

**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 ICI



1000 RECETTES COOKEO