

Recette cookeo : longe façon bourguignon



Vous aimez les sauces au vin rouge ? Si tel est le cas vous n'allez pas être déçu avec cette recette cookeo au vin rouge .

Ingrédients pour 4 personnes

1 longe de porc sans os (environ 800 g)

200 g de champignons de Paris congelés

100 g de carottes congelées

Huile d'olive

100 g d'oignons congelés

1 cuillère à soupe de moutarde

2 cuillères à soupe de fécule de maïs.

250 ml de vin rouge

Sel

Poivre

Préparation de ce bourguignon de porc

Fonction dorer

.Versez de l'huile d'olive dans la cuve .Faites dorer la longe.Réservez la longe de porc pour faire dorer les morceaux d'oignon .

Puis ajoutez les champignons et les carottes congelées dans la cuve.Redéposez la longe avec le reste des ingrédients .

Versez le vin rouge dans la cuve et 200 ml d'eau .Salez et poivrez selon votre convenance..

Cuisson rapide.

Arrêtez la fonction « dorer » et passer en cuisson rapide. (1 heure). Et départ immédiat. Fermez le couvercle.

Fin de cuisson

Réservez la longe pour la couper en tranches et faire épaissir la sauce .

Position dorer

.Ajoutez une cuillère à soupe de moutarde et 2 cuillères à soupe de fécule de maïs, mélangez. Une fois la sauce épaissie ,déposez les tranches de longe dans la cuve puis laissez mijoter 5 mn .

Servez ensuite chaud avec des féculents de votre choix .

.

.

**Des Milliers de livres,
de formations à télécharger**



1TPE.com