

Recette cookeo : poireaux pommes de terre weight watchers à la crème



Poireaux pommes de terre weight watchers à la crème

Ingrédients pour 4 personnes

1 jaune d'œuf

100 g d'oignons congelés

2 gousses d'ail coupées en morceaux

4 pommes de terre coupées en morceaux

400 g de poireaux congelés

2 cuillères à soupe de crème fraîche

Sel

Poivre

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

200 ml d'eau

1 cube de bouillon de bœuf

Préparation

Mode dorer

Versez 2 cuillères à soupe d'huile d'olive pour faire revenir les oignons ,l'ail ,

Ajoutez les poireaux puis les pommes de terre .

Versez un bouillon constitué d'eau et du cube de bouillon de bœuf.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 10 mn

Pendant la cuisson mélangez la crème fraîche avec le jaune d'œuf.
(séparez le blanc du jaune)

Quand la cuisson est terminée versez votre sauce dans la cuve et mélangez .