

# Steaks de porc au vin blanc weight watchers au cookeo



## Steaks de porc au vin blanc weight watchers

### Ingrédients pour 4 personnes

400 steaks de porc

125 ml de vin blanc

200 g de carottes congelées

40 g d'oignons

Paprika

1 cube de bouillon de bœuf

Sel , poivre

Huile d'olive

60 g de crème fraîche

150 ml d'eau.

### **Préparation**

#### **Mode dorer**

Faites dorer les oignons et les morceaux de steaks de porc.

Ajoutez les carottes saupoudrez de paprika.

Versez le vin blanc.

Versez 150 ml d'eau et le cube de bouillon de boeuf

#### **Cuisson sous pression ou cuisson rapide**

Programmez 8 mn de cuisson rapide .

En fin de cuisson ajoutez la crème fraîche. Servez chaud.