

Riz thon tomates recette cookeo



Riz thon tomates recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

300 g de steaks de thon

280 g de riz

2 cuillères à café de concentré de tomates

100 ml d'eau

100 ml de vin blanc

Sel poivre

2 échalotes

2 cuillères à soupe d'huile

1 petite boîte de tomates pelées

Curry

Préparation

Coupez les échalotes en morceaux

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve, quand l'huile est chaude faites dorer les échalotes puis ajoutez les steaks de thon.

Salez et poivrez.

Saupoudrez de curry.

Versez l'eau et le vin blanc.

Ajoutez les tomates pelées.

Cuisson rapide ou sous pression programmez 10 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez les cuillères à café de concentré de tomates et servez chaud