

Rouelle carottes tomates recette cookeo



Rouelle carottes tomates recette cookeo

Ingrédients 4 personnes

1 rouelle de porc

2 cuillères à café de concentré de tomates

300 g de carottes

1 petite boîte de tomates pelées

100 ml d'eau

100 ml de vin blanc

1 bouillon cube de bœuf

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 cuillère à soupe de moutarde

Curry

Sel

Poivre

Préparation

Epluchez, les carottes et coupez-les en morceaux.

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve, quand l'huile est chaude faites dorer la rouelle de porc.

Versez un bouillon composé de 100 ml de vin blanc ,100 ml d'eau et un cube de bouillon de bœuf émietté.

Saupoudrez de curry

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 30 mn.

Quand la cuisson est terminée déposez les carottes et les tomates pelées dans la cuve et **reprogrammez 5 mn de cuisson rapide ou sous pression.**

Quand la cuisson est terminée ajoutez le concentré de tomates et la moutarde , mélangez et dégustez chaud.