

# Salade brocolis poireaux cookeo



## Salade brocolis poireaux cookeo

152 CALORIES 4 PP 2 SP

### Ingrédients pour 4 personnes

1 kg de brocolis détaillé en bouquets

200 g poireaux coupés en rondelles

4 tomates cerises coupée en rondelles

3 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 cuillère à café de vinaigre

1 cuillère à café de vinaigre balsamique

Sel

Poivre

200 ml d'eau

### **Préparation**

Lavez et détaillez les brocolis en bouquets.

Lavez et coupez les tomates et les poireaux en rondelles.

Déposez les brocolis et les poireaux dans la cuve .

Préparez une sauce avec 3 cuillères à soupe d'huile d'olive , 1 cuillère à café de vinaigre et 1 cuillère à café de vinaigre balsamique. Ajoutez du sel et du poivre

Versez 200 ml d'eau

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

Programmez 2 mn

Quand la cuisson est terminée égouttez la cuve et réservez les brocolis et les poireaux dans un saladier .Laissez refroidir à l'air libre puis au frigo pendant au moins 2 h .

Sortez le saladier au moment de déguster et versez la sauce dans le saladier et mélangez .

Widgets Amazon.fr

Widgets Amazon.fr