

Salade haricots verts maquereaux recette cookeo



Salade haricots verts maquereaux recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

400 g de haricots verts frais ou congelés

1 boîte de maquereaux à la moutarde

500 g de pommes de terre

1 cuillère à soupe de vinaigre

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 cuillère à café de moutarde

Sel, poivre

500 ml d'eau

Préparation

Préparez dans un bol la vinaigrette avec l'huile ,la moutarde et le vinaigre.

Epluchez, passez sous l'eau et coupez les pommes de terre en morceaux.

Équeutez et lavez les haricots verts si vous utilisez des haricots verts frais.

Déposez les haricots verts et les pommes de terre coupées en morceaux dans la cuve

Versez 500 ml d'eau.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 6 mn

Quand la cuisson est terminée, égouttez le contenu de la cuve, Passez sous l'eau froide les haricots et les morceaux de pommes de terre

Déposez dans un saladier les haricots verts et les pommes de terre

Déposez le saladier la sauce et les filets de maquereaux dans le frigo pendant au moins 2 h

Sortez le saladier du frigo. Mélangez les haricots verts, les pommes de terre.

Ajoutez les filets de maquereaux et la sauce . Mélangez et servez frais