

Saucisses 2 légumes recette cookeo



Saucisses 2 légumes recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

600 g de courgettes

400 g de tomates

50 ml de vin blanc

150 ml d'eau

4 à 8 saucisses (selon vos mangeurs)

1 oignon

1 cuillère à soupe de ras el hanout

1 cube de bouillon de bœuf

Préparation

Lavez les tomates, les courgettes puis coupez-les en morceaux.

Coupez également l'oignon en morceaux.

Mode dorer

Déposez les saucisses dans la cuve (soit entières, soit coupées en morceaux). Faites les bien dorer puis ajoutez les morceaux d'oignons.

Quand les oignons et les saucisses sont bien dorés ajoutez les morceaux de tomates et de courgettes dans la cuve.

Salez et poivrez selon votre convenance (pour ma part je sale et je poivre au moment de la dégustation).

Saupoudrez avec la cuillère de ras el hanout.

Versez le vin blanc, l'eau et émietté le cube de bouillon de bœuf.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn

Quand la cuisson est terminée servez chaud.

Vous pouvez si vous le souhaitez ajoutez de la semoule dans la cuve et laissez gonfler la semoule pendant 3 mn (cela vous donne un plat qui ressemble un peu au couscous)

Widgets Amazon.fr

Widgets Amazon.fr