

Spaghettis artichauts recette cookeo



Ingrédients pour 4 personnes

400 g de spaghettis

225 g Cœurs d'artichauts en boîte(égouttés)

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

Sel

Poivre

Parmesan

Préparation

Coupez les artichauts en morceaux.

Dans un plat déposez les spaghettis puis recouvrez les d'eau (il s'agit de les ramollir pour les mettre sans les casser dans le cookeo)

Mode dorer

Versez l'huile d'olive dans la cuve, quand l'huile est chaude faites revenir les morceaux d'artichauts

Ajoutez les spaghettis égouttés.

Versez de l'eau pour recouvrir les ingrédients.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez le temps indiqué sur le paquet de spaghettis divisé par 2.

Quand la cuisson est terminée (égouttez si nécessaire la cuve) servez chaud avec du parmesan.

Rouelle courgettes tomates recette cookeo



Rouelle courgettes tomates recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

1 rouelle de porc

800 g de courgettes fraîches ou congelées

300 ml d'eau

100 ml de vin blanc

1 cube de bœuf

1 oignon

2 cuillères à soupe d'huile

Sel

Poivre

Curry

Préparation

Coupez l'oignon en morceaux

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

Faites ensuite dorer les morceaux d'oignon

Versez dans la cuve un bouillon composé de 300 ml d'eau ,100 ml de vin blanc et un cube de bouillon de bœuf émietté

Salez et poivrez selon votre convenance.

Saupoudrez de curry

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 38 mn.

Quand la cuisson est terminée ajoutez les courgettes et la boîte de tomates pelées **reprogrammez 3 mn** de cuisson rapide ou sous pression.

Servez chaud.

Emincés porc petits pois tomates cookeo



Emincés porc petits pois tomates cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

600 g d'émincés de porc

800 g de petits pois congelés

1 petite boîte de tomates pelées

1 cube de bouillon de bœuf

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

Sel

Poivre

100 ml de vin blanc

100 ml d'eau

1 oignon

Préparation

Coupez l'oignon en morceaux.

Versez l'huile d'olive dans la cuve .

Quand l'huile est chaude faites dorer les morceaux d'oignon.

Faites revenir ensuite les émincés de porc.

Ajoutez les petits pois .

Versez la boîte de tomates pelées.

Versez l'eau, le vin blanc.

Emiettez le cube de bouillon de bœuf.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Pour ceux qui aiment pourquoi pas du curry et du piment d'Espelette

Saumon courgettes recette cookeo



Saumon courgettes recette cookeo

Ingrédients pour 2 personnes

2 filets de saumon

400 g de courgettes fraîches ou congelées

1 cube de court bouillon

25 g de beurre

1 oignon

2 cuillères à soupe de crème fraîche

Sel

Poivre

1 cuillère à soupe de moutarde

200 ml d'eau

Curry

Ingrédients pour 4 personnes

4 filets de saumon

800 g de courgettes fraîches ou congelées

1 cube de court bouillon

3 cuillères à soupe de crème fraîche

Sel

Poivre

1 cuillère à soupe de moutarde

200 ml d'eau

25 g de beurre

Préparation

Coupez les courgettes en morceaux si elles sont fraîches.

Coupez le saumon en morceaux.

Coupez l'oignon en morceaux

Déposez le beurre dans la cuve ,lorsque le beurre est fondu et chaud ,ajoutez les morceaux d'échalote.

Ajoutez ensuite les morceaux de saumon .

Ajoutez les morceaux de courgettes.

Versez les 200 ml d'eau

Riz poulet poivrons tomates recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

400 g de sauté de poulet

300 g de riz

200 de poivrons congelés ou 1 poivron frais

1 oignon

2 cuillères à soupe d'huile

2 cuillères à café de concentré de tomates

1 petite boîte de tomates pelées

100 ml de vin blanc

Eau pour recouvrir les ingrédients

Sel

Poivre

Curry

Préparation

Epluchez et coupez l'oignon en morceaux.

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve et faites dorer les morceaux d'oignons quand l'huile est chaude.

Saupoudrez de curry .

Ajoutez les sautés de poulet pour les faire dorer.

Ajoutez les morceaux de poivrons

Ajoutez la boîte de tomates pelées

Versez 100 ml de vin blanc.

Emiettez un cube de bouillon de bœuf

Salez et poivrez selon votre convenance.

Recouvrez le riz avec de l'eau

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez le temps indiqué sur le paquet de riz divisé par 2

Quand la cuisson est terminée ajoutez le concentré de tomates. Mélangez.

Servez chaud.

Paupiettes porc roquefort recette cookeo



Paupiettes porc roquefort recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

4 paupiettes de porc

1 cuillère à soupe de moutarde

100 g de crème fraîche

25g de beurre

100 g de roquefort

1 cuillère à soupe de maïzena diluée dans l'eau

Sel

Poivre

1 cube de bouillon de bœuf

200 ml d'eau

Préparation

Mélangez la crème fraîche et la moutarde

Mode dorer

Déposez le beurre dans la cuve et faites revenir les paupiettes de porc

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

Salez et poivrez.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 20 mn

Quand la cuisson est terminée, repassez en mode dorer puis ajoutez les cuillères à soupe de crème fraîche et la cuillère à soupe de moutarde.

Ajoutez le roquefort pour le faire fondre.

Quand le roquefort est fondu ajoutez la cuillère à soupe de maïzena (diluée dans de l'eau) pour faire épaissir la sauce.

Quand la sauce a épaissi arrêtez votre Cookeo et servez chaud avec un légume de votre choix.

Oeufs cocotte saumon cookeo



Oeufs cocotte saumon cookeo

Ingrédients pour une cocotte

1 œuf

50 g de saumon frais

2 cuillères à soupe de crème fraîche

30 g de champignons de Paris en boîte (la moitié d'une petite boîte) ou congelés

1 cuillère à soupe de moutarde

Aneth fraîche ou déshydratée

Sel

Poivre

200 ml d'eau

Ingrédients pour 2 cocottes

2 œufs

100 g de saumon frais

4 cuillères à soupe de crème fraîche

60 g de champignons de Paris ou Champignons de Paris ou congelés

2 cuillères à soupe de moutarde

Aneth fraîche ou déshydratée

Sel

Poivre

200 ml d'eau

Préparation

Mélangez la crème fraîche et la moutarde

Déposez dans une cocotte une cuillère à soupe de crème fraîche moutarde

Déposez les champignons de Paris et les morceaux de saumon

Ajoutez sur le saumon et les champignons la 2^e cuillère de crème fraîche

Cassez l'œuf sur l'ensemble des ingrédients

Salez et poivrez selon votre convenance

Déposez la ou les cocottes dans le panier vapeur .

Versez l'eau dans la cuve .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 3 ou 4 mn .

Servez chaud

Rôti dinde pdt haricots recette cookeo



Rôti dinde pdt haricots recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

1 rôti de dinde (800g)

400 g d'haricots verts congelés

600 de pommes de terre

200 ml d'eau

100 ml de vin blanc

1 oignon

Sel

Poivre

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 cube de bouillon de volaille

Curry

Préparation

Coupez l'oignon et les pommes de terre en morceaux

Préparez un bouillon avec 300 ml d'eau ,100 ml de vin blanc et un cube de bouillon de volailles.

Mode dorer

Versez l'huile d'olive dans la cuve. Quand l'huile est chaude faites dorer le rôti sur toutes ses faces.

Faites ensuite dorer les oignons .

Versez le bouillon préparé dans la cuve.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Saupoudrez de curry

Cuisson sous pression ou cuisson rapide

Programmez 25 mn

Quand la cuisson est terminée déposez les pommes de terre et les haricots verts dans la cuve et reprogrammez une cuisson pour 7 Mn .

Coupez le rôti en tranches.

. Servez chaud

Spaghettis hachés poulet tomates cookeo



Spaghettis hachés poulet tomates cookeo

Cette recette cookeo peut aussi se réaliser avec des escalopes de poulet ou de dinde.

Ingrédients pour 4 personnes

4 hachés de poulet

300 g de spaghettis

2 cuillères à soupe d'huile

1 cuillère à soupe de moutarde

1 petite boîte de tomates pelées

1 oignon

Sel

Poivre

Eau pour recouvrir les ingrédients au ras

Curry

100 ml de vin blanc

Ail semoule

1 cube de bouillon de bœuf

Préparation

Coupez l'oignon en morceaux

Coupez les hachés de poulet en morceaux

Faites tremper les spaghettis avec de l'eau dans un plat 10 mn avant le début de la recette

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve, quand l'huile est chaude faites revenir les morceaux d'oignon

Faites revenir ensuite les morceaux de hachés de poulet

Emiettez le cube de bouillon de bœuf dans la cuve .

Saupoudrez de curry et d'ail semoule

Ajoutez les spaghettis dans la cuve

Ajoutez la boîte de tomates pelées

Versez ,le vin blanc, l'eau afin de recouvrir les ingrédients.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez le temps indiqué sur le paquet de spaghettis divisé par 2

Quand la cuisson est terminée ajoutez la moutarde Mélangez.

Servez chaud

Paupiettes poireaux pdt recette cookeo



Paupiettes poireaux pdt recette cookeo

Ingrédients pour 4personnes

4 paupiettes de porc

800 g de poireaux

8 pommes de terre

200 ml d'eau

1 cube de bouillon de bœuf

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

100 ml de vin blanc

Sel

Poivre

1 oignon

Curry

Préparation

Coupez l'oignon morceaux

Passez les poireaux sous l'eau et coupez-les en rondelles

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

Mode dorer

Versez l'huile d'olive dans la cuve quand l'huile est chaude faites revenir les paupiettes puis les oignons pour les faire dorer.

Ajoutez les poireaux et les morceaux de pommes de terre.

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

Salez et poivrez selon votre convenance.

Saupoudrez de curry

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 10 mn

Servez chaud

Cuisse dinde courgette recette cookeo



Cuisse dinde courgette recette cookeo

Une recette cookeo de cuisse de dinde avec des légumes et cuite à la bière .

Ingédients pour 4 personnes

1 cuisse de dinde

400 g de courgettes

1 oignon

200 ml de bière

2 cuillères à soupe d'huile

Poivre

Sel

100 ml d'eau

1 cube de bouillon de volaille

1 petite boîte de tomates pelées

Préparation

Versez de l'huile dans la cuve puis faites revenir la cuisse de dinde.

Faites dorer ensuite les oignons ;

Versez les 200 ml de bière et les 100 ml d'eau dans ma cuve

Emiettez le cube de bouillon de volaille

Salez et poivrez

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 25 minutes

Quand la cuisson est terminée ouvrez votre cookeo .

Versez le contenu de la boîte de tomates pelées et ajoutez les courgettes.

Reprogrammer 10minutes de cuisson servez chaud.

Riz saumon poireaux recette cookeo



Riz saumon poireaux recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

300 g de riz

250 g de saumon

400 g de poireaux frais ou congelés

1 oignon

1 cube de court bouillon

Sel

Poivre

2 cuillères à soupe d'huile

1 cuillère à soupe de moutarde

2 cuillères à soupe de crème fraîche

1 petit verre de vin blanc

300 ml d'eau

Préparation

Coupez l'oignon en morceaux .

Versez l'huile dans la cuve quand l'huile est chaude faites dorer les morceaux d'oignons puis faites revenir le saumon.

Ajoutez le riz .

Versez le verre de vin blanc

Salez et poivrez. Recouvrez d'eau .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 6 mn (le temps indiqué sur le paquet de riz divisé par 2)

Quand la cuisson est terminée ajoutez la moutarde et la crème fraîche . Servez chaud .

Spaghettis courgettes tomates cookeo



Spaghettis courgettes tomates cookeo

Une recette cookeo de spaghettis tout simplement avec des légumes ,sans viande ,ni poisson.

Ingrédients pour 4 personnes

300 g de spaghettis

400 g de courgettes

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 cuillère à soupe de moutarde

1 petite boîte de tomates pelées

1 oignon

Sel

Poivre

Eau pour recouvrir les ingrédients au ras

Curry

100 ml de vin blanc

1 cube de bouillon de bœuf

Préparation

Coupez l'oignon en morceaux

Coupez les courgettes à la mandoline

Faites tremper les spaghettis avec de l'eau dans un plat 10 mn avant le début de la recette

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve, quand l'huile est chaude faites revenir les morceaux d'oignon

Faites revenir en suite les courgettes coupées en rondelles à la mandoline.

Emiettez le cube de bouillon de bœuf dans la cuve .

Saupoudrez de curry et d'ail semoule

Ajoutez les spaghettis dans la cuve

Ajoutez la boîte de tomates pelées

Versez ,le vin blanc, l'eau afin de recouvrir les ingrédients.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez le temps indiqué sur le paquet de spaghettis divisé par 2

Quand la cuisson est terminée ajoutez la moutarde Mélangez.

Servez chaud

Poulet petits pois pdt carottes cookeo



Poulet petits pois pdt carottes cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

600 g d'escalopes de poulet

500 g de petits pois congelés

200 g de carottes congelées ou fraîches

400 g de pommes de terre

1 oignon

2 cuillères à soupe d'huile

1 cube de bouillon de bœuf

100 ml d'eau

100 ml de vin blanc

Sel

Poivre

Préparation

Coupez l'oignon en morceaux

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

Coupez les carottes en rondelles si ce sont des fraîches

Préparez un bouillon avec 200 ml d'eau et un cube de bouillon de boeuf

Salez et poivrez selon votre convenance

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve puis faites dorer les escalopes de poulet quand l'huile est chaude.

Ajoutez les morceaux d'oignons pour les faire dorer

Ajoutez les petits pois , les rondelles de carottes et les morceaux de pommes de terre

Versez le bouillon composé de 100 ml de vin blanc et 100 ml d'eau et d'un cube de boeuf émietté

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 8 mn

servez chaud

>