

Spaghettis poulet carottes tomates recette cookeo



Spaghettis poulet carottes tomates recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

600 g de carottes

250 g de spaghettis

12 boulettes de bœuf ou 600 g d'escalopes de poulet

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 cuillère à soupe de moutarde

1 petite boîte de tomates pelées

2 cuillères à café de concentré de tomates

Ail semoule

Sel

Poivre

Curry

100 ml de vin blanc

400 ml Eau pour recouvrir

1 cube de bouillon de bœuf

Préparation

Epluchez et coupez les carottes en morceaux ou en rondelles

Déposez les spaghettis dans un plat et recouvrez les d'eau (pour les ramollir et enlever l'amidon)

Mélangez le concentré de tomates et la cuillère de moutarde

Mode dorer

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

Salez, poivrez ,saupoudrez de curry et d'ail semoule.

Déposez les spaghettis dans la cuve

Ajoutez les morceaux ou rondelles de carottes

Ajoutez la boîte de tomates pelées

Versez le vin blanc puis de l'eau pour recouvrir les spaghettis.

Emiettez le cube de bouillon de boeuf

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 6 mn de cuisson

Quand la cuisson est terminée ajoutez dans la cuve le mélange concentré de tomates /moutarde .

Servez chaud