Boeuf pommes de terre carottes recette cookeo



Boeuf pommes de terre carottes recette cookeo

Ingrédients

500 g de bœuf à Bourguignon

800 g de carottes

400 g de carottes

25 g de beurre

200 ml de vin rouge

300 ml d’eau

1 cube de bouillon de bœuf

Sel

Poivre

2 cuillères à café de concentré de tomates

Préparation

Préparez un bouillon avec 20 ml de vin rouge,300 ml d’eau et un cube de bouillon de bœuf émietté

Mode dorer

Déposez le beurre dans la cuve du cookeo

Quand le beurre est fondu faites revenir la viande

Versez le bouillon préparé

Poivrez

Cuisson rapide oui sous pression programmez 35 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez les légumes dans la cuve et **reprogrammez 6 mn de cuisson**

Quand la deuxième cuisson est terminée ajoutez le concentré de tomates et mélangez .

Servez chaud

Boulettes boeuf petits pois pommes de terre cookeo



Boulettes boeuf petits pois pommes de terre cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

12 boulettes de bœuf

500 g de petits pois congelés

500 g de pommes de terre

1 cube de bouillon de boeuf

100 ml de vin blanc

200 ml d’eau

1 oignon

2 cuillères à soupe d’huile

Sel

Poivre

Curry

Préparation

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

Coupez l’oignon en morceaux puis passez le hachoir éventuellement

Préparez un bouillon avec 200 ml d’eau ,100 ml de vin blanc et un cube de bouillon de bœuf émietté.

Mode dorer

Versez l’huile dans la cuve et faites revenir les boulettes de bœuf.

Faites ensuite revenir l’oignon haché ou en morceaux

Salez et poivrez.

Saupoudrez de curry

Ajoutez les petits pois et les morceaux de pommes de terre

Versez le bouillon que vous avez préparé

Cuisson rapide ou pression

Programmez 8 mn de cuisson

Servez chaud.

Boeuf champignons carottes

recette cookeo



Boeuf champignons carottes recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

800 g de bœuf à bourguignon

500 g de carottes

400 g de champignons de Paris frais ou congelés

1 oignon ou 100 g d’oignons congelés

100 ml de vin blanc

200 ml d’eau

1 cube de bouillon de bœuf

10 ml de cognac

Sel

Poivre

30 g de beurre

Préparation

Préparez un bouillon avec 200 ml d’eau et 100 ml de vin blanc et 10 ml de cognac et un cube de bouillon de boeuf

Epluchez et coupez les carottes en morceaux ou en rondelles

Lavez et coupez les champignons de Paris si ce sont des frais

Emincez l’oignon si c’est du frais

Mode dorer

Déposez le beurre dans la cuve. Faites les morceaux de bœuf et d’oignon quand le beurre a fondu.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Versez le bouillon préparé dans la cuve dans la cuve

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 35 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez les morceaux de carottes et de les champignons de Paris

Reprogrammez 7 mn de cuisson

Servez chaud

Boeuf pommes de terre vin rouge cookeo



Boeuf pommes de terre vin rouge cookeo

Ingrédients pour 4 personnes :

800 g de bœuf

800 g de pommes de terre

200 ml de vin rouge

200 ml d’eau

30 g de beurre

1 oignon

1 cube de bouillon de bœuf

1 petite boite de concentré de tomates

Sel et poivre

Préparation

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

Coupez la viande en morceaux

Préparez un bouillon avec 200 ml d’eau ,200 ml de vin rouge et un cube de bouillon de bœuf émietté.

Mode dorer

Déposez le beurre dans la cuve puis faites dorer les morceaux de bœuf

Versez un bouillon composé de 200 ml de vin rouge et 200 ml d’eau et d’un cube de bouillon de bœuf.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou Cuisson sous pression : 35 min

Quand la cuisson est terminée ajoutez les morceaux de pommes de terre

Reprogrammez 6 mn de cuisson sous pression ou cuisson rapide

Ajoutez le concentré de tomates quand la cuisson est terminée. Servez chaud

Pour une sauce plus épaisse repassez en mode dorer

. Ajoutez une cuillère à soupe de maïzena (mélangez avant avec un peu d’eau pour éviter les grumeaux) et mélangez jusqu’à ce que la sauce épaississe.

Servez chaud

Boeuf vin rouge oignons cookeo



Boeuf vin rouge oignons cookeo

Ingrédients pour 4 personnes :

800 g de bœuf

100 ml de vin rouge
100 ml d’eau

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

1 petite boite de concentré de tomates
1 oignon ou 100 g d’oignons congelés

1 bouquet garni

1 cube de bouillon de bœuf
Sel et poivre

Préparation

Coupez la viande en morceaux

Coupez l’oignon en morceaux si c’est de l’oignon frais

Mode dorer

Versez l’huile dans la cuve puis faites dorer les morceaux de bœuf

Ajoutez les morceaux d’oignon.

Ajoutez le bouquet garni

Versez un bouillon composé de 100 ml de vin rouge et 100 ml d’eau et d’un cube de bouillon de boeuf.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou Cuisson sous pression : 35 min

Quand la cuisson est terminée enlevez le bouquet garni

Ajoutez le concentré de tomates

Pour une sauce plus épaisse repassez en mode dorer

. Ajoutez une cuillère à soupe de maïzena (mélangez avant ave un peu d’eau pour éviter les grumeaux)et mélangez jusqu’à ce que la sauce épaississe.

Servez chaud avec un féculent de votre choix

Boeuf au vin blanc recette cookeo



Boeuf au vin blanc recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

800 g de viande de bœuf

100 g d’oignons ou 2 oignons

1 grosse boite de champignons de Paris

8 pommes de terre

1 cube de bouillon de bœuf

Sel

Poivre

200 ml de vin blanc

100 ml d’eau

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

Préparation

Lavez les champignons et coupez- les en morceaux si ce sont des champignons frais sinon égouttez la boite de champignons et passez les champignons sous l'eau.

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

Coupez les oignons en morceaux

Coupez la viande en morceaux

Versez l'huile d'olive dans la cuve

Quand l'huile est chaude faites revenir les oignons puis la viande de bœuf coupée en morceaux

Versez un bouillon composé de 200 ml de vin blanc ,100 ml d'eau et d'un cube de bouillon de bœuf émietté

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 35 mn

Quand la cuisson est terminée ,ajoutez les morceaux de pommes de terre et les champignons de Paris .

Reprogrammez 7 mn de cuisson rapide ou sous pression .

Servez chaud

Boeuf bourguignon tex mex cookeo



Boeuf bourguignon tex mex cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

800 g de viande à Bourguignon

4 oignons sauciers

1 petite boite de haricots rouges

1 petite boite de tomates pelées

1 à 2 cuillères à soupe de maïzena

150 ml de vin rouge

50 ml d’eau

1 cube de bouillon de bœuf

1 petite boite de mais

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

1 cuillères à soupe d’épices à Chili

Sel

Poivre

Préparation

Egouttez le maïs, les haricots rouges.

Coupez les oignons sauciers en 2.

Préparez un bouillon avec 150 ml de vin rouge ,50 ml d’eau et un cube de bouillon de bœuf émietté.

Mode dorer

Versez l’huile d’olive dans la cuve, quand l’huile est chaude faites revenir les oignons sauciers coupés en 2 pendant 1 à 2 mn.

Ajoutez ensuite la viande coupée en morceaux et faites dorer 2 mn

Ajoutez la boite de tomates pelées et les haricots rouges.

Saupoudrez avec les épices à Chili.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Versez le bouillon vin rouge, eau, cube de bœuf émietté.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 35 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez le maïs, le concentré de tomates et mélangez.

Repassez en mode dorer

Ajoutez la cuillère à soupe de maïzena, mélangez au fur et à mesure jusqu’à l’épaississement de la sauce. Pour une sauce plus épaisse ajoutez une nouvelle cuillère à soupe de maïzena.

Servez chaud avec du riz par exemple.

Boeuf tomates recette cookeo



Boeuf tomates recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes :

800 g de bœuf coupé en morceaux

200 g de lardons

50 ml de vin blanc
200 ml d’eau

1 cuillère à soupe d’huile d’olive

1 cube de bouillon de boeuf
100 g d’oignons congelés ou frais

600 g de champignons de Paris

Sel et poivre

Persil frais ou déshydraté

1 petite boite de concentré de tomates

Curry

Préparation

Mode dorer

Versez l’huile dans la cuve puis faites dorer les oignons . Ajoutez la viande et les lardons

Ajoutez les champignons.

Versez un bouillon composé de 50 ml de vin blanc,200 ml d’eau, d’un cube de bouillon de bœuf émietté.

Salez et poivrez selon votre convenance. Saupoudrez de curry.

Ajoutez du persil frais ou déshydraté

Cuisson rapide ou Cuisson sous pression : 40 min
Quand la cuisson est terminée ajoutez le concentré de tomates et mélangez.

Servez chaud

Boeuf champignons oignons cookeo



Boeuf champignons oignons cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

800 g de viande de bœuf

100 g d’oignons ou 2 oignons

400 g de champignons de Paris

1 cube de bouillon de bœuf

Sel

Poivre

200 ml de vin blanc

100 ml d’eau

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

Préparation

Lavez les champignons et coupez les en morceaux

Coupez les oignons en morceaux

Versez l’huile d’olive dans la cuve

Quand l’huile est chaude faites revenir les oignons puis la viande de bœuf coupée en morceaux

Ajoutez les champignons de Paris

Versez un bouillon composé de 200 ml e vin blanc ,100 ml d’eau et d’un cube de bouillon de bœuf émietté

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 25 mn

Servez chaud

Bœuf sauté aux oignons Recette cookeo



Bœuf sauté aux oignons Recette cookeo 282 CALORIES 8 PP 9 SP

Ingrédients pour 4 personnes

500 g de viande de bœuf

200 g de carottes

3 oignons

½ cuillère à café de gingembre

4 cuillères à soupe de sauce soja

2 cuillères à soupe de vinaigre de cidre

1 cuillère à café de sucre

200 ml d’eau

Sel

Poivre

Huile d ‘olive

Préparation

Mode dorer

Versez de l’huile dans la cuve et faites revenir les oignons puis la viande.

Ajoutez le vinaigre de cidre , la sauce soja ,le gingembre et le sucre. Salez et poivrez selon votre convenance.

Ajoutez les carottes.

Versez les 200 ml d’eau .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 10 mn . Servez chaud avec un féculent de votre choix.