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

Champignons bourguignonne recette cookeo

Champignons bourguignonne recette cookeo

Parfois vous partez avec l’idée de faire une recette et puis finalement en faisant les courses vous changez d’avis. J’étais donc parti ce matin pour faire une poule au riz mais tout d’un coup des envies de sauce au vin rouge et de plat rapide me prennent. Alors je change mon fusil d’épaule et j’opte pour une viande rouge. Et pour accompagner cette viande rouge je me dis pourquoi pas des champignons à la bourguignonne pour accompagner.

Ingrédients pour 4 personnes :
400 g de champignons frais ou congelés

2 carottes

1 oignon

100 ml d’eau

100 ml de vin rouge

2 cuillères à soupe de concentré de tomates

1 feuille de laurier

1 cuillère à soupe de thym de thym

2 cuillères à soupe de fécule de maïs

2 cuillères à soupe d’huile d’olive

1 cube de bouillon de bœuf

Sel

Poivre

Préparation

Coupez les champignons de Paris s’ils sont frais ou faites décongeler les champignons de Paris congelés.

Coupez l’oignon en morceaux

Epluchez et coupez les carottes en rondelles.

Mode dorer

Versez l’huile d’olive dans la cuve. Quand l’huile est chaude faites dorer les morceaux d’oignon.

Ajoutez les champignons et les carottes.

Versez un bouillon composé de 100 ml de vin rouge ,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 5 mn

Repassez en mode dorer

Versez la maïzena diluée avec un peu d’eau (pour éviter les grumeaux) dans la cuve. Faites épaissir la sauce. Quand la sauce a épaissi arrêtez votre cookeo et ajoutez le concentré de tomates.

Servez tel quel ou avec de pommes de terre.

Astuce
Vous pouvez préparer ce plat la veille et le refaire chauffer en mode dorer ou réchauffer avec votre Cookeo. C’est encore bien meilleur

Widgets Amazon.fr

Widgets Amazon.fr
Widgets Amazon.fr

Filet mignon Bourguignon cookeo

Filet mignon bourguignon cookeo

320 CALORIES 7 PP 8 SP

Ingrédients pour 4 personnes

1 filet mignon (600 g)

200 g de champignons de Paris frais ou congelés

200 g de carottes

2 cuillères à café de maizena dilué dans l’eau

200 ml de vin rouge

200 ml d’eau

2 cuillères à soupe de concentré de tomates

200 g d’oignons

1 cube de bouillon de bœuf

3 cuillères à soupe d’huile d’olive

Sel

Poivre

Préparation

Mode dorer

Versez de l’huile d’olive dans la cuve et faites revenir les oignons, le filet mignon

Ajoutez les carottes et les champignons puis versez un bouillon composé de 200 ml de vin rouge ,200 ml d’eau et un cube de bouillon de bœuf émietté.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 25 mn

Quand la cuisson est terminée réservez votre filet mignon et coupez votre filet mignon en tranches .

Repassez en mode dorer

Ajoutez 2 cuillères de maïzena diluées dans de l’eau pour épaissir la sauce.

Ajoutez les cuillères de concentré de tomates .

Redéposez les tranches de filet mignon dans la cuve puis laissez mijoter 2 mn .

Servez chaud

Fiche cookeo boulettes boeuf bourguignones

Fiche cookeo boulettes boeuf bourguignones

285 CALORIES 7 PP 8 SP

Boulettes boeuf Bourguignones

285 CALORIES 7 PP 8 SP

Ingrédients pour 4 personnes

16 boulettes de bœuf
300 g de carottes
100 g d'oignons
1 petite boite de tomates pelées
1 cube de bouillon de bœuf
1 petite boite de champignons de Paris
4 cuillères de Concentré de tomates
Sel
Poivre
Huile d'olive

Préparation

Mode dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve et faites revenir les boulettes de bœuf. Ajoutez ensuite les oignons et les champignons de Paris.
Ajoutez ensuite les carottes et les tomates pelées.
Versez le verre de vin rouge et 200 ml d'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté.
Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide

Programmez 5 mn

Quand la cuisson est terminée, ajoutez 4 cuillères à café de concentré de tomates.
Si vous trouvez que votre sauce n'est pas assez épaisse. Alors repassez en mode dorer et ajoutez une cuillère à café ou 2 de maïzena et faites dorer jusqu'à épaississement.
Quand la sauce a épaissi servez chaud avec un féculent de votre choix