

Carottes au chorizo recette cookeo



Carottes au chorizo cookeo

220 calories

Ingrédients pour 4 personnes

800 gr de carottes

1 oignon

300 ml d'eau

80 g de chorizo

1 cuillère à soupe d'huile d'olive

1 cube de bouillon de boeuf

Sel poivre

Paprika

Préparation

Préparez un bouillon avec 300 ml d'eau et un cube de bouillon de boeuf émietté

Coupez le chorizo en morceaux

Coupez les carottes en morceaux

Mode dorer

Versez l'huile d'olive dans la cuve

Déposez le chorizo et les morceaux d'oignons dans la cuve du cookeo

Saupoudrez de paprika

Ajoutez les carottes

Versez le bouillon préparé

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 8 minutes

Servir chaud

Pâtes au chorizo recette cookeo



Pâtes chorizo crevettes recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

280 g de pâtes

120 g de chorizo

150 g d'oignons congelés

Eau pour recouvrir

2 cuillères à soupe d'huile

1 petite boite de tomates pelées

4 cuillères à café de concentré de tomates

Ingrédients pour 1 personne

70 g de pâtes

35 g de chorizo

50 g d'oignons congelés

Eau pour recouvrir

1 cuillère à soupe d'huile

1 cuillère à café de concentré de tomates

Préparation

Coupez le chorizo en rondelles

Mode dorer

Déposez les rondelles de chorizo et les morceaux d'oignons dans la cuve du cookeo

Versez l'eau (les pâtes doivent être recouvertes au ras)

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou sous pression

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

Quand la cuisson est terminée ajoutez le concentré de tomates ,mélangez et servez chaud

**Pâtes chorizo crevettes
recette cookeo**



Pâtes chorizo crevettes recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

300 g de pâtes

100 g de chorizo ou lanières de chorizo

400 ml d'eau

200 g de crevettes

Rizdor

1 petite boite de tomates pelées

2 cuillères à café de concentré de tomates

1 cube de bouillon de volailles

Préparation

Préparez un bouillon avec 400 ml d'eau et un cube de bouillon de volailles émiellé

Mode dorer

Déposez les lanières de chorizo dans la cuve .

Ajoutez ensuite les crevettes et saupoudrez de rizdor

Salez et poivrez selon votre convenance

Versez le bouillon préparé dans la cuve

Cuisson rapide ou sous pression programmez le temps indiqué sur le paquet de pâtes divisé par 2

Quand la cuisson est terminée ajoutez le concentré de tomates ,mélangez et servez chaud

Tagliatelles au chorizo recette cookeo



Tagliatelles au chorizo recette cookeo

Ingédients pour 4 personnes

300 g de tagliatelles

1 courgette

100 g de lanières de chorizo

1 petite boite de tomates pelées

2 cuillères à café de concentré de tomates

1 cube de bouillon de boeuf

Rizdor

Sel

Poivre

500 ml d'eau

Préparation

Préparez un bouillon avec 500 ml d'eau et un cube de bouillon de boeuf émietté

Coupez la courgette en morceaux

Mode dorer

Déposez les lanières de chorizo dans la cuve du cookeo

Ajoutez les morceaux de courgettes

Déposez les tagliatelles

Saupoudrez de rizdor

Versez le bouillon préparé

Ajoutez les tomates pelées

Cuisson rapide ou sous pression

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

Quand la cuisson est terminée ajoutez les cuillères à café de concentré de tomates, mélangez et servez chaud

Carottes pommes de terre chorizo cookeo



Carottes pommes de terre chorizo cookeo

245 calories

Ingrédients pour 4 personnes

500 gr de carottes

300 g de pommes de terre

200 g de dés de jambon

300 ml d'eau

50 g de chorizo

1 cube de bouillon de boeuf

Sel poivre

Rizdor

2 cuillères à café de concentré de tomates

Préparation

Préparez un bouillon avec 300 ml d'eau et un cube de bouillon de boeuf émietté

Coupez le chorizo en lanières

Coupez les carottes et les pommes de terre en morceaux

Mode doré

Déposez le chorizo dans la cuve du cookeo

Ajoutez les dés de jambon

Saupoudrez de rizdor

Ajoutez les pommes de terre et les carottes

Versez le bouillon préparé

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 6 minutes

Quand la cuisson est terminée ajoutez les 2 cuillères à café de concentré de tomates mélangez

Servir chaud

Riz chorizo tomates recette cookeo



Riz chorizo tomates recette cookeo

Ingrédients

100 g de chorizo

300 g de riz

2 oignons

1 petite boite de tomates pelées

Sel

Poivre

400ml d'eau

1 cube de bouillon de boeuf

Rizdor

Préparation

Préparez un bouillon avec 400 ml d'eau et un cube de bouillon de boeuf émietté

Coupez les oignons en morceaux

Mode dorer

Déposez les morceaux de chorizo et les morceaux d'oignon dans la cuve du cookeo

Ajoutez le riz dans la cuve

Versez le bouillon

Ajoutez la petite boite de tomates pelées

Saupoudrez de rizdor

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou sous pression

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

Tomates poivrons chorizo

recette cookeo



Tomates poivrons chorizo recette cookeo

Une recette cookeo rapide à réaliser avec moins de 5 mn de cuisson rapide. Les amateurs de tomates et de plats un peu relevés vont trouver certainement leur compte avec cette recette.

Ingédients pour 4 personnes

800 g de tomates

100 g de chorizo

200 g de poivrons

1 oignon

1 cube de bouillon de bœuf

50 ml de vin blanc

Sel

Poivre

Préparation

Lavez et coupez les tomates en morceaux.

Coupez le chorizo en rondelles

Coupez l'oignon en morceaux.

Epépinez et coupez le ou les poivrons en morceaux. Pour ma part ce sont des poivrons que j'avais coupés et placés au congélateur (trio de poivron rouge, jaune, vert).

Mode dorer

Déposez les rondelles de chorizo dans la cuve et laissez revenir 2 mn puis ajoutez les morceaux d'oignons.

Au bout de 2 mn ajoutez les poivrons et laissez dorer 2 mn puis ajoutez les morceaux de tomates.

Versez le vin blanc et émiettez un cube de bouillon de bœuf dans la cuve.

Salez et poivrez selon votre convenance. (Pour ma part j'attends la dégustation car le cube de bœuf et le chorizo sont déjà assez assaisonner.)

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 3 mn

Servez chaud

Poireaux pommes de terre chorizo cookeo



Poireaux pommes de terre chorizo cookeo

CALORIES 290 7 PP 7 SP

Ingédients pour 4 personnes

400 g de pommes de terre

400 g de poireaux

80 g de chorizo

1 oignon

Préparation

Lavez vos poireaux et coupez-les en morceaux ou en rondelles.

Epluchez mes pommes de terre , lavez les et coupez les en morceaux.

Coupez l'oignon en morceaux

Versez 200 ml d'eau dans la cuve et déposez le panier vapeur avec les poireaux et les pommes de terre.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 7 mn

Quand la cuisson est terminée videz la cuve de son eau et passez en **mode dorer** .

Quand le préchauffage est terminé déposez les morceaux d'oignons et les rondelles de chorizo dans la cuve.

Ajoutez les poireaux et les pommes de terre égouttées. Faites les revenir avec l'oignon et le chorizo.

Servez Chaud