

# Chou vert pommes de terre recette cookeo



## Chou vert pommes de terre recette cookeo

**200 calories**

**Ingrédients pour 4 personnes**

Un chou vert

600 g de pommes de terre

1 cuillère à soupe d'huile

50 ml de vin blanc

350 ml d'eau

1 cube de bouillon de bœuf

Sel

Poivre

Curry

### **Préparation**

Passez sous l'eau le chou et coupez le en morceaux

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

Préparez un bouillon avec 50 ml de vin blanc, 350 ml d'eau et d'un cube de bouillon de bœuf émietté

Ajoutez les morceaux de chou. dans la cuve ainsi que les morceaux de pommes de terre

Versez le bouillon préparé

Salez et poivrez selon votre convenance

Saupoudrez de curry

### **Cuisson sous pression ou cuisson rapide**

Programmez 7 mn de cuisson

Servez chaud

---

**Dés de jambon au chou cuit  
recette cookeo**



# Dés de jambon au chou cuit recette cookeo

## Ingrédients pour 4 personnes

800 g de chou cuit

200 g de dés de jambon

4 pommes de terre

Graines de genièvre

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 oignon

50 ml de vin blanc

150 ml d'eau

Sel

Poivre

Préparation

Coupez l'oignon en morceaux

Coupez les pommes de terre en morceaux

### **Mode dorer**

Versez de l'huile dans la cuve puis faites revenir les morceaux d'oignons pendant 1 mn.

Ajoutez les dés de jambon dans la cuve.

Ajoutez le chou et faites revenir 2 mn.

Ajoutez, les pommes de terre coupées en morceaux.

Poivrez et ajoutez les graines de genièvres.

Versez l'eau et le vin blanc

### **Cuisson rapide ou sous pression**

Programmez 5 mn . Servez chaud