

Poulet rôti haricots extra crisp cookeo



Poulet rôti haricots extra crisp cookeo

Ingrédients

1 poulet

2 cuillères à soupe de curry

1 grosse boîte de haricots verts

1 petite boîte de tomates pelées

Sel

Poivre

Préparation

Egouttez et passez sous l'eau les haricots verts.

Mélangez 500 ml d'eau avec le curry

Déposez le poulet dans la cuve du cookeo

Versez un peu de mélange eau curry sur le poulet.

Salez et poivrez selon votre convenance

Déposez le couvercle extra crisp sur la cuve du cookeo et programmez la cuisson

Cuisson

Sélectionnez le menu 1. « Rôtir ». Le couvercle extra crisp vous propose de base 45 mn. Vous pouvez augmenter le temps de cuisson.

Pour ma part j'ai un poulet de 1,3 kg je programme 50 mn.

Vous pouvez aussi programmer 200° pour 55 mn de cuisson sans passer par le menu rôtir

Retournez le poulet de temps en temps sur toutes ses faces

Enlevez le couvercle et déposez les haricots verts et les tomates dans la cuve du cookeo puis programmez 10 mn à 200°

Quand la cuisson est terminée servez chaud

**Salade pommes de terre
carottes cookeo**



Salade pommes de terre carottes cookeo

Ingrédients

600 g de pommes de terre

200 g de carottes congelées ou fraîches

5 cuillères à soupe de mayonnaise

Sel

Poivre

1 cuillère à soupe de vinaigre

300 ml d'eau

1 demi concombre

Préparation

Passez la moitié de concombre sous l'eau et coupez-le en fines rondelles.

Epluchez les pommes de terre, passez les sous l'eau et

coupez-les en morceaux.

Coupez les carottes en rondelles si ce sont des carottes fraîches

Mélangez les cuillères de mayonnaise avec le vinaigre.

Déposez les morceaux de pommes de terre et les rondelles de carottes dans la cuve du Cookeo.

Salez et poivrez.

Versez 300 ml d'eau

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn

Quand la cuisson est terminée égouttez votre cuve.

Passez les pommes de terre et les carottes sous l'eau.

Déposez-les en suite dans un saladier. Laissez refroidir à l'air libre puis ajoutez les rondelles de concombre et placez le saladier au frigo au moins 2 h.

Sortez le saladier et ajoutez le mélange mayonnaise vinaigre et servez.