

Pommes rôties extra crisp cookeo



Pommes rôties extra crisp cookeo

Ingédients

4 pommes

2 sachets de sucre vanillé

1 cuillère à soupe de rhum

10 ml de jus de citron

Préparation

Coupez l'ananas les pommes en morceaux

Mélangez le rhum avec le jus de citron

Placez vos morceaux de pommes dans la cuve du cookeo ou dans un moule de 18 cms. que vous placez dans la cuve du cookeo

Saupoudrez de sucre les morceaux de pommes

Versez le mélange citron /rum sur les morceaux d'ananas.

Installez votre couvercle extra crisp puis programmez 30 mn à 160°.

Servez chaud ou tiède quand la cuisson est terminée (avec une petite boule de glace vanille?)

Saucisses chou pdt recette cookeo



Saucisses chou pdt recette cookeo

Ingédients pour 4 personnes

4 saucisses de Toulouse

La moitié d'un chou vert

600 g de pommes de terre

1 cuillère à soupe d'huile

100 ml de vin blanc

200 ml d'eau

1 cube de bouillon de bœuf

Sel

Poivre

Préparation

Coupez la moitié d'un chou en morceaux.

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

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

Versez la cuillère d'huile dans la cuve , quand l'huile est chaude faites revenir les saucisses de Toulouse.

Ajoutez les morceaux de chou.

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

Salez et poivrez selon votre convenance

Servez chaud

One pot riz thon tomates recette cookeo



One pot riz thon tomates recette cookeo

Ingédients pour 4 personnes

300 g de riz

2 petites boites de thon au naturel (300 g environ)

3 cuillères à soupe de concentré de tomates

1 cuillère à soupe de moutarde

1 petite boite de tomates pelées

100 ml de vin blanc

Sel

Poivre

Eau pour recouvrir les ingrédients au ras

Curry

Préparation

Egouttez les petites boites de thon

Déposez dans la cuve le riz et le thon égoutté

Ajoutez les tomates pelées

Versez le vin blanc .

Ajoutez de l'eau pour recouvrir

Saupoudrez de curry

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

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

Quand la cuisson est terminée ajoutez le concentré de tomates, la moutarde Mélangez.

Servez chaud

**Poulet poireaux recette
cookeo**



Poulet poireaux recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

800 g de poireaux frais ou congelés

1oignon

600 g d'escalopes de poulet

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

3 cuillères à soupe de sauce soja

1 cube de bouillon de volailles

Sel

Poivre

Curry

100 ml de vin blanc

100 ml d'eau

Préparation

Coupez les escalopes en morceaux

Coupez l'oignon en morceaux.

Passez les poireaux sous l'eau et coupez-les en rondelles si ce sont des poireaux frais.

Dans un récipient versez l'huile et la sauce soja sur les morceaux d'escalopes

Préparez un bouillon avec 100 ml de vin blanc ,100 ml d'eau et d'un cube de bouillon de bœuf émiellé.

Mode dorer

Versez dans la cuve une cuillère à soupe d'huile d'olive. Ajoutez les oignons et faites dorer.

Ajoutez les morceaux d'escalopes de poulet imprégnées de la sauce soja /huile.

Ajoutez les poireaux.

Versez le bouillon préparé avec l'eau, le vin blanc et le cube de bouillon de volaille.

Saupoudrez de curry.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn. Servez chaud

Saucisses choucroute recette cookeo



Saucisses choucroute recette cookeo

Ingédients pour 4 personnes

1 grosse boite de chou (de choucroute préparé) (environ 800 g de chou)

4 saucisses de francfort

150 g de lardons

4 pommes de terre

1 oignon

2 cuillères à soupe d'huile

100 ml de vin blanc

100 ml d'eau

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 lardons dans la cuve.

Ajoutez le chou

Ajoutez les saucisses, les pommes de terre coupées en morceaux.

Poivrez

Versez l'eau et le vin blanc

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 7mn.

Servez chaud

Cuisse de dinde haricots tomates cookeo



Cuisse de dinde haricots tomates cookeo

Ingrédients pour 2 personnes

1 cuisse de dinde

3 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 oignon

100 ml d'eau

100 ml de vin blanc

Curry

1 cube de bouillon de boeuf

400 g de haricots verts

1 petite boîte de tomates pelées

Poivre

Sel

Préparation

Coupez l'oignon en morceaux

Préparez un bouillon avec 100 ml d'eau ,100 ml de vin blanc et d'un cube de boeuf émietté

Versez l'huile d'olive dans la cuve

Faites dorer ensuite les oignons

Faites dorer la cuisse de dinde.

Versez le bouillon que vous avez préparé

Saupoudrez de curry

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou pression

Programmez 25 minutes

Quand la cuisson est terminée ouvrez votre cookeo et ajoutez les haricots verts et la boite de tomates pelées

Reprogrammer 5 minutes de cuisson servez chaud.

Spaghettis poulet tomates recette cookeo



Spaghettis poulet tomates recette cookeo

Ingédients pour 4 personnes

300 g de spaghettis

400 g d'escalope de poulet

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

3 cuillères à soupe de concentré de tomates

1 cuillère à soupe de moutarde

1 petite boite de tomates pelées

100 ml de vin blanc

Sel

Poivre

Eau pour recouvrir les ingrédients au ras

Curry

1 cube de bouillon de volaille

Préparation

Préparez un bouillon avec 100 ml de vin blanc ,400 ml d'eau et un cube de bouillon de volaille émietté et du curry.

Faites tremper les spaghetti dans de l'eau pour les ramollir

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve, quand l'huile est chaude faites revenir les morceaux de poulet

Ajoutez les spaghetti et les tomates pelées

Versez le bouillon préparé(l'eau doit recouvrir les spaghetti)

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

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

Quand la cuisson est terminée ajoutez le concentré de tomates, la moutarde .Mélangez.

Servez chaud

Poulet rôti miel citron extra crisp cookeo



Poulet rôti miel citron extra crisp cookeo

Ingédients

1 poulet

1 cuillère à café de concentré de tomates

20 ml de jus de citron

1 gousse d'ail

1 cuillère à soupe de miel

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

Herbes de Provence

Préparation

Coupez l'ail en morceaux (vous pouvez le passer au hachoir)

Dans un récipient mélangez l'huile, le jus de citron, le miel et le concentré de tomates.

Ajoutez les gousses d'ail hachées et des herbes de Provence

Badigeonnez votre poulet avec la marinade préparée.

Déposez le poulet dans la cuve du Cookeo

Déposez le couvercle extra crisp sur la cuve du Cookeo et programmez 50 mn à 200 °

Retournez votre poulet environ toutes les 10 mn et badigeonner de marinade

Quand la cuisson est terminée servez chaud avec un légume de votre choix.

Ananas rôti extra crisp cookeo



Ananas rôti extra crisp cookeo

Ingédients

1 ananas

40 g de beurre fondu

1 cuillère à soupe de rhum

2 cuillères à soupe de sucre en poudre

Préparation

Coupez l'ananas en morceaux

Mélangez le rhum avec le sucre

Placez vos morceaux d'ananas dans la cuve du cookeo ou dans un moule de 18 cms. que vous placez dans la cuve du cookeo

Saupoudrez de sucre les morceaux d'ananas.

Versez le mélange beurre /rum sur les morceaux d'ananas.

Installez votre couvercle extra crisp puis programmez 30 mn à 180°.

Servez chaud ou tiède quand la cuisson est terminée

Spaghettis boulettes boeuf tomates cookeo



Spaghettis boulettes boeuf tomates cookeo

Ingédients pour 4 personnes

300 g de spaghettis

15 boulettes de boeuf

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

3 cuillères à soupe de concentré de tomates

1 cuillère à soupe de moutarde

1 petite boite de tomates pelées

100 ml de vin blanc

Sel

Poivre

Eau pour recouvrir les ingrédients au ras

Curry

1 cube de bouillon de bœuf

Préparation

Préparez un bouillon avec 100 ml de vin blanc ,400 ml d'eau et un cube de bouillon de bœuf émietté et du curry.

Faites tremper les spaghettis dans de l'eau pour les ramollir

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve, quand l'huile est chaude faites revenir les morceaux de boulettes de boeuf

Ajoutez les spaghettis et les tomates pelées

Versez le bouillon préparé(l'eau doit recouvrir les spaghettis)

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

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

Quand la cuisson est terminée ajoutez le concentré de tomates, la moutarde Mélangez.

Servez chaud

Oeufs cocotte tomates poulet cookeo



Oeufs cocotte tomates poulet cookeo

Ingédients pour 2 cocottes

2 œufs

1 tranche de blanc de poulet

2 cuillères à soupe de crème fraîche

1 tomate

Curry

Sel

Poivre

200 ml d'eau

Préparation

Ajoutez le sel, le poivre, le curry avec la crème fraîche et mélangez

Déposez dans chaque ramequin une demi-tranche de blanc de poulet

Déposez ensuite une cuillère à soupe de crème fraîche dans chaque récipient

Déposez ensuite une moitié de tomates dans chaque ramequin

Cassez un œuf par récipient

Déposez les cocottes dans le panier vapeur.

Versez l'eau dans la cuve.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 3 mn

Servez chaud

Compote pommes bananes recette cookeo



Compote pommes bananes recette cookeo

Ingédients

500 g de pommes coupées en morceaux

2 bananes coupées en morceaux

50 ml d'eau

30 g de sucre

Préparation

Epluchez et coupez les fruits en morceaux.

Déposez les morceaux de fruits dans la cuve.

Ajoutez 30 g de sucre en poudre.

Versez l'eau. (50 ml)

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 6 mn de cuisson rapide

Quand la cuisson est terminée mixez l'ensemble des ingrédients.

Versez la préparation dans un saladier ou dans des pots à confiture

Laissez refroidir à l'air libre pour une mise en saladier.

Si vous optez pour les pots versez la compote dans les pots. Fermez avec les couvercles puis retournez les pour les rendre hermétiques.

Pour la version saladier déposez le saladier au frigo pendant au moins 2 h.

Steak de porc haricots verts recette cookeo



Steak de porc haricots verts recette cookeo

270 CALORIES 6 SP

Ingrédients pour 4 personnes

400 g de steak de porc

800 g de haricots verts frais ou congelés

100 ml d'eau

100 ml vin blanc

1 cube de bouillon

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 oignon

1 gousse d'ail

Curry

Sel

Poivre

Quelques feuilles de persil

Préparation

Coupez les steaks de porc en morceaux

Coupez l'oignon et l'ail en morceaux (hachez les éventuellement)

Lavez et ciselez le persil

Versez l'huile d'olive dans la cuve quand l'huile est chaude déposez les morceaux de porc dans la cuve pour les faire revenir.

Ajoutez l'oignon et l'ail haché pour les faire dorer

Ajoutez les haricots verts

Versez les 100 ml d'eau avec un cube de bouillon de volaille émiellé et les 100 ml de vin blanc.

Salez et poivrez selon votre convenance

Saupoudrez de curry

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 7 mn

Servez chaud

Riz saumon champignons recette cookeo



Riz saumon champignons recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

250 g de saumon

400 g d'haricots verts congelés.

200 g de riz

500g de champignons de Paris congelés

1 oignon

100 ml de vin blanc

Eau pour recouvrir

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 cube de court bouillon

30 ml de jus de citron

Sel

Poivre

Préparation

Passez votre riz sous l'eau

Coupez l'oignon en morceaux (passez le au hachoir éventuellement)

Déposez le riz, les haricots verts congelés ,les champignons de Paris et le saumon dans la cuve.

Versez 100 ml d'eau dans la cuve.

Recouvrez d'eau

Salez et poivrez

Emiettez un cube de court bouillon dans la cuve

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 6 mn.

Quand la cuisson est terminée, égouttez la cuve. Nettoyez votre cuve et redéposez la dans le cookeo.

Passez en mode dorer.

Versez l'huile dans la cuve et faites dorer les morceaux d'oignon

Ajoutez le saumon et les haricots verts ,les champignons le riz et laisser revenir 3 à 4 mn.

. Mélangez et servez chaud.