

# Riz moules poivrons recette cookeo



## Riz moules poivrons recette cookeo

### Ingrédients pour 4 personnes

300 g de riz

1 poivron

250 g de moules décoquillées congelées

200 g de petits pois congelés

1 oignon

1 cube de bouillon de bœuf

1 dose de Safran ou une cuillère à soupe de rizdor

Eau pour recouvrir les ingrédients

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

Sel

Poivre

## **Préparation**

Épépinez le poivron et coupez le morceaux.

Coupez l'oignon en morceaux .

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve ,quand l'huile est chaude faites dorer les oignons.

Ajoutez les moules décoquillées.

Ajoutez en suite les morceaux de poivrons

Ajoutez le riz et les petits pois.

Versez l'eau pour recouvrir les ingrédients.

Salez et poivrez.

Emiettez le cube de bouillon de bœuf.

Ajoutez le rizdor.

Cuisson rapide ou sous pression

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

Servez chaud

---

# Pizza chorizo extra crisp cookeo



## Pizza chorizo extra crisp cookeo

Voilà une pizza réalisée avec l'extra crisp de cookeo. Certes c'est une petite pizza de 20 cms mais accompagnée avec une salade voilà un repas complet.

### Ingédients

1 pâte à pizza

50 g de chorizo

40 g de gruyère râpé

1 courgette

12 tomates cerises

2 cuillère à café de concentré de tomates diluée avec un peu d'eau

### Préparation

Déposez le couvercle extra crisp sur la cuve du Cookeo, faites préchauffer à 180°

Coupez les tomates cerises en 2.

Coupez la courgette en rondelles (avec une mandoline pour avoir de fines rondelles)

Découpez la pâte à pizza à la dimension de votre moule (ici 20 cms)

Piquez la pâte

Etalez le concentré de tomates dilué sur la pâte

Répartissez les rondelles de courgettes sur la pâte.

Ajoutez les tomates cerises et les rondelles de chorizo.

Saupoudrez avec le gruyère râpé.

Soulevez le couvercle extra crisp puis déposez votre moule dans la cuve cookeo.

### **Cuisson**

Programmez 20 mn à 180°

Si cela ne suffit pas rajoutez du temps .

---

# **Pommes de terre à la purée de tomates cookeo**



# Pommes de terre à la purée de tomates cookeo

## Ingrédients pour 4 personnes

800 g de pommes de terre

1 oignon

100 ml de vin blanc

200 ml d'eau

1 petite boîte purée de tomates

1 cuillère à soupe de moutarde

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

Curry

Sel

Poivre

## Préparation

**Faites préchauffer votre four à 180°**

Pelez et lavez les pommes de terre. Coupez-les ensuite en morceaux.

Coupez l'oignon en morceaux

Mélangez la moutarde avec la purée de tomates

### **Mode dorer**

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

Ajoutez les pommes de terre .

Salez et poivrez selon votre convenance.

Saupoudrez de curry

Versez l'eau et le vin blanc

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

Programmez 3 mn.

Quand la cuisson est terminée , égouttez la cuve .

Déposez les pommes de terre dans un plat qui va au four .

Versez sur les pommes de terre la purée de tomates mélangée avec la cuillère à soupe de moutarde.

Enfournez 15 mn à 180°.

Servez chaud avec une viande ou un poisson .

---

# Rôti de porc pdt champignons cookeo



## Rôti de porc pdt champignons cookeo

**Ingrédients pour 4/6 personnes.**

1 rôti de porc

800 g de pommes de terre

300 g de champignons de Paris

1 oignon

100 ml de vin blanc

300 ml d'eau

Sel

Poivre

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 cube de bouillon de bœuf

## **Préparation**

Epluchez, lavez et coupez les pommes de terre en morceaux

Passez les champignons de Paris sous l'eau puis émincez les.

Faites dorer le rôti avec de l'huile d'olive dans la cuve, puis ajoutez les morceaux d'oignons.

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

Salez, poivrez selon votre convenance.

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

Programmez 35 mn. Ajoutez les morceaux de pommes de terre, les champignons de Paris et reprogrammez 5 mn de cuisson

Servez chaud.

---

# **Spaghettis carottes viande hachée cookeo**





# Spaghettis carottes viande hachée cookeo

## Ingrédients pour 4 personnes

400 g de spaghettis

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

400 g de Viande hachée

200 g de carottes fraîches ou congelés

250 g de tomates cerises

100 ml de vin blanc

1 cube de bouillon de bœuf

Sel

Poivre

1 oignon

## Préparation

Coupez l'oignon en morceaux

Dans un plat déposez les spaghettis puis recouvrez les d'eau (il s'agit de les ramollir pour les mettre sans les casser dans le Cookeo)

### **Mode dorer**

Versez l'huile d'olive dans la cuve, quand l'huile est chaude faites revenir les morceaux d'oignon.

Ajoutez la viande hachée

Ajoutez les spaghettis égouttés.

Ajoutez les carottes et les tomates cerises

Versez le vin blanc

Versez de l'eau pour recouvrir les ingrédients.

Emiettez un cube de bouillon de bœuf

Salez et poivrez

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

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

Quand la cuisson est terminée (égouttez si nécessaire la cuve) ajoutez le concentré de tomates et mélangez

Servez chaud

---

# One pot riz tomates champignons recette cookeo



## One pot riz tomates champignons recette cookeo

### Ingrédients pour 4 personnes

300 g de riz

1 petite boîte de champignons de Paris

1 petite boîte de tomates pelées

1 cube de court bouillon

Eau pour recouvrir les ingrédients

Sel

Poivre

Curry

### Préparation

Egouttez les champignons de Paris et passez les sous l'eau.

Déposez dans la cuve le riz.

Versez les tomates pelées.

Ajoutez les champignons de Paris.

Emiettez le cube de court bouillon

Salez et poivrez selon votre convenance.

Saupoudrez de curry

Versez de l'eau pour recouvrir les ingrédients

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

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

Servez chaud

---

**Salade chou fleur oeufs  
recette cookeo**



# Salade chou fleur oeufs recette cookeo

## Ingrédients pour 4 personnes

800 g de chou-fleur frais ou congelés

2 œufs

Persil quelques feuilles

Sel

Poivre

1 cuillère à soupe de moutarde

4 cuillères à soupe d'huile

2 cuillères à soupe de vinaigre

## Préparation

Ciselez le persil

Passez les œufs sous l'eau.

Découpez les fleurettes de chou-fleur.

Préparez votre vinaigrette avec le vinaigre, la cuillère à soupe de moutarde, les cuillères d'huile ,le sel ,le poivre, les feuilles de persil.

Déposez dans la cuve les fleurettes de chou-fleur et les œufs.

Versez l'eau dans la cuve

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

Programmez 5 mn

Quand la cuisson est terminée, plongez les œufs dans un saladier d'eau froide.

Ecalez les œufs.

Egouttez les fleurettes de chou, placez-les dans un saladier avec les œufs écalés et laissez refroidir à l'air libre.

Déposez le saladier dans le frigo pendant au moins 2 bonnes heures.

Sortez le saladier, coupez les œufs en morceaux.

Ajoutez le persil.

Servez avec la sauce vinaigrette.

---

# Artichauts sauce vinaigrette recette cookeo



## Artichauts sauce vinaigrette recette cookeo

### Ingrédients pour 2 artichauts

2 artichauts

300 ml d'eau

Sel

Poivre

### Pour la vinaigrette

6 cuillères à soupe d'huile d'olive

2 cuillères à soupe de vinaigre de vin

1 cuillère à soupe de moutarde

### Préparation

Coupez les queues des artichauts.

Passez vos artichauts sous l'eau

Déposez les artichauts passés sous l'eau dans le panier vapeur

Versez 300 ml d'eau dans la cuve.

Déposez le panier vapeur dans la cuve.

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

Programmez 35 mn

Quand la cuisson est terminée laissez refroidir à l'air libre puis au frigo au moins 2 h.

Préparez la vinaigrette avec les 6 cuillères à soupe d'huile d'olive, le vinaigre, la moutarde. Salez et poivrez.

---

# **Salade macédoine au thon recette cookeo**





# Salade macédoine au thon recette cookeo

## Ingrédients pour 4 personnes

500 g de macédoine de légumes congelés

1 boîte de thon

4 cuillères à soupe de mayonnaise

1 cuillère à soupe de moutarde

1 tomate

Sel

Poivre

200 ml d'eau

## Préparation

Coupez la tomate en morceaux

Egouttez et émiettez le thon.

Déposez dans la cuve la macédoine de légumes.

Versez 200 ml d'eau.

Salez et poivrez

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

Programmez 6 mn

Quand la cuisson est terminée, égouttez la cuve.

Versez la macédoine de légumes dans un saladier.

Laissez refroidir à l'air libre puis déposez les miettes de thon et les morceaux de tomates dans le saladier.

Placez le saladier au frigo au moins pour 2 bonnes heures.

Sortez le saladier du frigo.

Ajoutez la mayonnaise et la moutarde. Mélangez et servez.

---

## **Salade brocolis pommes de terre recette cookeo**



# Salade brocolis pommes de terre recette cookeo

## Ingrédients pour 4 personnes

400 g de brocolis congelés

4 pommes de terre

2 échalotes

4 cuillères à soupe d'huile d'olive

Quelques feuilles de mâche

2 cuillère à café de vinaigre de cidre

Sel

Poivre

200 ml d'eau

## Préparation

Coupez les échalotes en morceaux .

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

Déposez les brocolis et les morceaux de pommes de terre dans la cuve.

Nettoyez votre mâche.

Préparez une sauce avec 4 cuillères à soupe d'huile d'olive , 1 cuillère à café de vinaigre et 1 cuillère à café de vinaigre balsamique. Ajoutez du sel et du poivre

Versez 200 ml d'eau

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

Programmez 4 mn

Quand la cuisson est terminée égouttez la cuve et réservez les brocolis et les pommes de terre dans un saladier ( Vous pouvez plonger les brocolis dans un saladier d'eau froide pour les refroidir et garder leur couleur bien verte. )

.Laissez refroidir à l'air libre puis au frigo pendant au moins 2 h .

Déposez dans le frigo le saladier pommes de terre brocolis ,les morceaux d'échalote, la vinaigrette et la mâche. (je filme chaque récipients)

Sortez le saladier au moment de déguster.

Ajoutez dans le saladier les échalotes, la sauce vinaigrette et mélanger.

Déposez dans chaque assiette de la mâche et servez les ingrédients du saladier sur la mâche.

Servez .

---

# Salade thon pommes de terre recette cookeo



## Salade thon pommes de terre recette cookeo

### Ingrédients pour 4 personnes

1 boîte de thon au naturel

800 g de pommes de terre

2 tomates

2 échalotes

4 cuillères à soupe de mayonnaise

Sel

Poivre

300 ml d'eau

## **Préparation**

Coupez les échalotes en morceaux .

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

Coupez les tomates en morceaux

Déposez les morceaux de pommes de terre dans la cuve.

Versez 300 ml d'eau

## **Cuisson rapide ou sous pression**

Programmez 4 mn

Quand la cuisson est terminée égouttez la cuve et réservez les pommes de terre dans un saladier .

Ajoutez les morceaux d'échalote et de tomates dans le saladier.

.Laissez refroidir à l'air libre puis au frigo pendant au moins 2 h .

Sortez le saladier au moment de déguster.

Ajoutez les cuillères de mayonnaise .

Salez et poivrez et mélangez

Servez .

---

# Riz au lait raisins secs au cookeo (sans projection)



## Riz au lait raisins secs au cookeo

### Ingrédients

500 ml de lait entier ou autre

150 g de riz rond

50 g de sucre (pour une version light) en poudre ou 100 g

50 g de raisins secs

1 sachet de sucre vanillé

2 œufs

3 cuillère à soupe d'arôme vanille

Eau

### Préparation

Rincez le riz sous l'eau

Versez le riz dans la cuve et recouvrez d'eau.

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

Programmez 10 mn

Quand la cuisson est terminée égouttez le riz et redéposez le riz dans la cuve et la cuve dans le Cookeo.

### **Mode dorer**

Versez le lait **dans la cuve**. Ajoutez le sucre, le sucre vanillé, l'arôme vanille, et mélangez.

Portez à ébullition . Maintenez l'ébullition pendant 2 mn

Arrêtez le Cookeo.

Ajoutez les œufs et les raisins secs mélangez. Versez la préparation dans des pots ou des ramequins ou dans un moule à charnière

Laissez refroidir à l'air libre puis au frigo .

---

# **Salade poireaux oeufs recette cookeo**





# Salade poireaux oeufs recette cookeo

## Ingrédients pour 2 personnes

500 g de poireaux

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 cuillère à soupe de vinaigre

1 cuillère à soupe de moutarde

1 gousse d'ail

2 œufs

Sel

Poivre

400 ml d'eau

## Préparation

Passez les poireaux sous l'eau

Passez les œufs sous l'eau

Coupez l'ail en morceaux

Préparez votre vinaigre en mélangeant le sel ,le vinaigre et le poivre.

Ajoutez ensuite l'huile d'olive et les morceaux de gousse d'ail

Déposez les rondelles de poireaux et les œufs dans la cuve du Cookeo.

Versez 200 ml d'eau .

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

Programmez 6 mn

Quand la cuisson est terminée égouttez les rondelles de poireaux et laissez les refroidir dans un saladier.

Déposez les œufs dans un récipient rempli d'eau froide.

Ecalez vos œufs. Déposez les œufs dans le saladier avec les rondelles de poireaux .

Mettez votre saladier au frigo 2 bonnes heures.

Sortez le saladier au moment de déguster .

Mélangez la vinaigrette avec les poireaux .(réservez les œufs et coupez les en 2 ).

Redéposez les œufs dans le saladier et dégustez.

---

# Pomme de terre rissolées courgettes cookeo



## Pomme de terre rissolées courgettes cookeo

### Ingrédients

600 g pommes de terre coupées en morceaux (plus selon vos mangeurs) à chair ferme

1 courgette coupée en lamelles

6 cuillères à soupe d'huile

Origan

Sel

Poivre

### Préparation

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

Essuyez les morceaux de pommes de terre.

Déposez les pommes de terre dans un saladier et versez de l'huile dessus puis mélangez.

Coupez la courgette en lamelles (à la mandoline)

### **Mode dorer**

Versez l'huile dans la cuve . Quand le préchauffage est terminé versez les pommes de terre dans la cuve puis faites dorer jusqu'à ce que les pommes de terre soient cuites . Remuez de temps en temps.

Ajoutez les lamelles de courgette en fin de cuisson des pommes de terre (environ 18 mn ) et saupoudrez d'origan

Pour savoir si les pommes de terre sont cuites piquez avec une fourchette .