

# Gratin courgettes express cookeo



## Gratin courgettes express cookeo

### Ingrédients pour 4 personnes

1 kg de courgettes

2 cuillères à soupe de crème fraîche

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

100 g de gruyère râpé

1 cube de bouillon de bœuf

1 cuillère à soupe de moutarde

Sel

Poivre

### Préparation

Lavez les courgettes et coupez-les en morceaux.

Déposez les morceaux de courgettes dans la cuve.

Versez 200 ml d'eau et un cube de bouillon de légumes émietté.

Faites préchauffer votre four à 200°

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

Programmez 4 m n

Quand la cuisson est terminée, égouttez les courgettes et redéposez les dans la cuve .

Ajoutez la crème fraîche et la moutarde et mélangez.

Placez la préparation s dans un plat qui va au four.

Saupoudrez de gruyère râpé.

Enfournez 15 mn à 200 ° puis 5 mn au grill

Servez chaud

---

## **Rôti de porc haricots blancs recette cookeo**



# Rôti de porc haricots blancs recette cookeo

## Ingrédients pour 4 à 6 personnes

1 rôti de porc

100 g d' oignons

500 g d'haricots blancs congelés

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 cube de bouillon de bœuf

50 ml de vin blanc

1 petite boîte de tomates pelées

900 ml d'eau

Poivre

Sel

## Préparation

Coupez les oignons en morceaux

Composez un bouillon avec 900 ml d'eau ,50 ml de vin blanc et un cube de bouillon de bœuf émietté.

Versez l'huile d'olive dans la cuve et faites dorer le rôti quand l'huile est chaude.

Ajoutez les morceaux d'oignons et faites-les dorer.

Versez votre bouillon

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

Programmez 35 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez les haricots blancs et les tomates pelées.

Reprogrammez 10 mn de cuisson rapide ou sous pression.

Coupez votre rôti en tranches et servez chaud

Servez chaud

---

**Boeuf    vin    rouge    oignons**  
**cookeo**



## **Boeuf vin rouge oignons cookeo**

### **Ingrédients pour 4 personnes :**

800 g de bœuf

100 ml de vin rouge

100 ml d'eau

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 petite boîte de concentré de tomates

1 oignon ou 100 g d'oignons congelés

1 bouquet garni

1 cube de bouillon de bœuf

Sel et poivre

### **Préparation**

Coupez la viande en morceaux

Coupez l'oignon en morceaux si c'est de l'oignon frais

### **Mode dorer**

Versez l'huile dans la cuve puis faites dorer les morceaux

de bœuf

Ajoutez les morceaux d'oignon.

Ajoutez le bouquet garni

Versez un bouillon composé de 100 ml de vin rouge et 100 ml d'eau et d'un cube de bouillon de boeuf.

Salez et poivrez selon votre convenance.

**Cuisson rapide ou Cuisson sous pression : 35 min**

Quand la cuisson est terminée enlevez le bouquet garni

Ajoutez le concentré de tomates

**Pour une sauce plus épaisse repassez en mode dorer**

. Ajoutez une cuillère à soupe de maïzena (mélangez avant avec un peu d'eau pour éviter les grumeaux) et mélangez jusqu'à ce que la sauce épaississe.

Servez chaud avec un féculent de votre choix

---

# **Rôti dinde tomates recette cookeo**



## **Rôti dinde tomates recette cookeo**

**250 CALORIES 5 PP 1 SP**

### **Ingrédients pour 5 personnes**

1 rôti de dinde (800g)

1 grosse boîte de tomates pelées

150 ml d'eau

50 ml de vin blanc

1 oignon

Sel

Poivre

2 cuillères à soupe d'huile

1 cube de bouillon de volaille

### **Préparation**

Coupez l'oignon en morceaux

Préparez un bouillon avec 150 ml d'eau ,50 ml de vin blanc et un cube de bouillon de volaille.

### **Mode dorer**

Versez l'huile d'olive dans la cuve. Quand l'huile est chaude faites dorer le rôti sur toutes ses faces.

Faites ensuite dorer les oignons .

Ajoutez les tomates pelées.

Versez le bouillon préparé dans la cuve.

Salez et poivrez selon votre convenance.

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

Programmez 25 mn

Réservez le rôti pour le coupez en tranches.

Ajoutez au bouillon de cuisson la moutarde et le miel . Mélangez.

Déposez les tranches de rôti dans la cuve et laissez en mode dorer 4 à 5 mn .(pour ceux qui ont la fonction mijoter vous pouvez l'utiliser)

---

## **Cuisson spaghetti sans les couper au cookeo**





### **Cuisson spaghettis sans les couper au cookeo**

D'habitude je fais cuire mes spaghettis en les coupant en 2 car ils sont trop grands. Mais quelqu'un ma suggéré une astuce pour faire cuire les spaghettis sans les couper .

Pour le savoir suivez cette vidéo

---

## **Pommes de terre rissolées paprika cookeo**



## **Pommes de terre rissolées paprika cookeo**

Voici une version des pommes de terre rissolées au cookeo avec du paprika et un oignon . Cette version est une version effectuée en **mode dorer uniquement**.

Il faut environ 20 mn pour que les pommes de terre soient bien rissolées. Il est vrai que l'on ne met pas moins de temps qu'avec une poêle ou un faitout mais le Cookeo est mon ustensile préféré ,il me permet de ne pas être en permanence à côté de lui pendant la cuisson car il n'y a pas de flamme.

Le seul risque en cas d'oubli de surveillance de cuisson c'est d'avoir des pommes carbonisées.

Pour les quantités c'est à titre indicatif vous pouvez mettre plus de pommes de terre en fonction de vos mangeurs.

Veillez à ce que la cuve soit toujours bien huilée pour éviter que cela accroche .

Pour les pommes de terre utilisez des pommes de terre à chair ferme sinon vos pommes de terre vont finir en purée.

Alors voici le descriptif de la recette :

### **Ingrédients pour 4 personnes**

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

6 cuillères à soupe d'huile

Paprika

1 oignon

Sel

Poivre

### **Préparation**

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

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

Coupez l'oignon en morceaux

### **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 morceaux d'oignons en fin de cuisson des pommes de terre (environ 18 mn ) et saupoudrez de paprika.

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

---

# Crème dessert fraises tagada cookeo



## Crème dessert fraises tagada cookeo

### Ingrédients

1l de lait

50 g de maïzena

30 fraises Tagada + 1 ou 2 fraises par pots pour la présentation

### Préparation

#### Mode dorer

Versez le lait dans la cuve et plongez 30 fraises dans la cuve (pour les faire fondre .

Diluez la maizena dans un peu d'eau dans un petit bol.

Quand les fraises sont fondues ajoutez la maizena diluée et portez à ébullition .

Versez la préparation une fois l'ébullition atteinte ,dans des ramequins ou des pots.

Laissez refroidir à l'air libre puis déposez les pots au frigo .Au moment de la dégustation déposez une fraise ou plusieurs fraises tagada dans chaque **pot** .

---

## **Poulet entier pommes de terre cookeo**



## **Poulet entier pommes de terre cookeo**

**Ingrédients pour 4 personnes**

1 poulet

Sel

Poivre

600 g de pommes de terre

300 g de champignons de Paris frais ou congelés

100 ml de vin blanc

200 ml d'eau

Curry

1 cube de bouillon de boeuf

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

### **Préparation**

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

Passez les champignons sous l'eau et coupez les en lamelles si ce sont des champignons frais

### **Mode dorer**

Versez l'huile dans la cuve , quand l'huile est chaude faites dorer le poulet sur toutes ses faces.

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

Salez et poivrez selon votre convenance

### **Cuisson rapide ou pression**

Programmez 30 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez les pommes de terre et les champignons

**Reprogrammez 10 mn** de cuisson rapide ou sous pression



Servez chaud

---

## **9 recettes cookeo de poulet entier**



## **9 recettes cookeo de poulet entier**

Vous trouverez dans cet article 9 recettes cookeo de poulet entier. Pour atteindre les recettes il suffit de cliquer sur le titre de la recette choisie.

**Poulet entier aux légumes cookeo**

**Poulet entier à l'indienne recette cookeo**

**Poulet entier pommes de terre cookeo**

**Poulet entier sauce paysanne cookeo**

**Poulet entier tomates figues courgettes cookeo**

**Poulet entier paprika recette cookeo**

**Poulet entier tomates champignons cookeo**

**Poulet entier moutarde recette cookeo**

**Poulet entier herbes de Provence cookeo**

---

**Rôti veau sauce moutarde  
recette cookeo**





# Rôti veau sauce moutarde recette cookeo

## Ingrédients pour 4 personnes

1 rôti de veau 700 g

1 oignon frais

300 g de champignons de Paris congelés ou frais

1 cuillère à soupe de maïzena

2 cuillères à soupe d'huile

1 cube de bouillon de bœuf

1 cuillère à soupe de moutarde

100 ml de vin blanc

2 cuillères à soupe de crème fraîche

200 ml d'eau

Sel

Poivre

## Préparation

Emincez les champignons après les avoir lavés s'ils sont frais.

Coupez l'oignon en morceaux

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

## Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve et quand l'huile est chaude

faites dorer le rôti sur toutes ses faces.

Ajoutez ensuite les oignons et les champignons faites dorer 2 à 3 mn.

Versez le bouillon préparé dans la cuve.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Ajoutez le bouquet garni.

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

Programmez 25 mn

Quand la cuisson est terminée sortez le rôti de porc de la cuve pour le couper en tranches et passez en mode dorer.

Ajoutez la cuillère à soupe de maïzena pour faire épaissir la sauce. Arrêtez le mode dorer quand la sauce a épaissi puis redéposez les tranches de rôti dans la cuve et laissez pendant 2 à 3 mn

Servez chaud.

---

# **Blanquette de sauté de porc au cookeo**



# **Blanquette de sauté de porc au cookeo**

## **Ingrédients pour 4 personnes**

800 g de sauté de porc

1 cube de bouillon de bœuf

70 g de crème fraîche

100 ml de vin blanc

2 carottes

200 g de poireaux

200 g de champignons de "Paris

1 oignon

100 ml d'eau

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 cuillère à soupe de maizena

Sel

Poivre

### **Préparation**

Coupez et lavez les champignons de Paris en lamelles ;  
déposez les dans un bol et versez du jus de citron

Epluchez l'oignon et coupez-le en morceaux

Epluchez les carottes et coupez-les en rondelles

Passez les poireaux sous l'eau et coupez les en rondelles

### **Mode dorer**

Versez l'huile d'olive dans la cuve et quand l'huile est  
chaude faites dorer les morceaux de viande puis ajoutez les  
morceaux d'oignons

Versez le vin blanc et un bouillon composé de 200 l d'eau  
avec un cube de bouillon de bœuf émietté.

Salez et poivrez selon votre convenance.

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

Programmez 15 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez ensuite les  
champignons de Paris, les carottes, les poireaux.

Reprogrammez une cuisson sous pression ou cuisson rapide  
pour 5 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez la crème fraîche

Repassez en mode dorer

Ajoutez les 2 cuillères à soupe de maïzena et  
faites épaissir la sauce.

Quand la sauce est épaissie à votre convenance arrêtez votre cookeo puis servez chaud

```
iframe width= »560" height= »315"
src= »https://www.youtube.com/embed/_ppobD-2aEs »
frameborder= »0" allow= »accelerometer; autoplay; encrypted-
media; gyroscope; picture-in-picture » allowfullscreen>
```

---

## Spaghettis saumon cookeo ou sans



## Spaghettis saumon cookeo ou sans

Ingrédients pour 4 personnes

400 g de spaghettis

150 g de saumon fumé

200 g de crème fraîche

2 jaunes d'œuf

Aneth déshydratée

1 cuillère à soupe de jus de citron

Sel

Poivre

### **Préparation pour cookeo**

Pour ne pas couper les spaghettis en 2 trempez les environ 10 mn dans de l'eau chaude (dans un plat). Les spaghettis seront ainsi plus souples afin de les mettre dans la cuve. (Vous pouvez suivre ce lien pour une vidéo qui vous explique comment faire)

Coupez le saumon en morceaux

Dans un saladier mélangez la crème fraîche et les morceaux de saumon. Salez et poivrez selon votre convenance

### **Mode dorer**

Déposez les spaghettis dans la cuve

Verser de l'eau dans la cuve afin de recouvrir les spaghettis

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

Programmez le temps indiqué sur le paquet de spaghettis et divisez par deux

Quand la cuisson est terminée égouttez la cuve.

Redéposez les spaghettis dans la cuve puis ajoutez le mélange crème fraîche saumon.

Ajoutez ensuite les 2 jaunes d'œufs, mélangez et servez chaud.

### **Préparation sans cookeo**

Coupez le saumon en morceaux

Dans un saladier mélangez la crème fraîche et les morceaux de saumon. Salez et poivrez selon votre convenance

Dans une casserole ou un faitout, portez de l'eau salée à ébullition et faites cuire les spaghettis selon les indications du paquet.

Egouttez les spaghettis, redéposez les dans le faitout, ajoutez le mélange crème fraîche saumon.

Ajoutez ensuite les 2 jaunes d'œufs, mélangez et servez chaud

---

## **Gratin de poireaux recette cookeo**



## **Gratin de poireaux recette cookeo**

**165 CALORIES 3 PP SP**

### **Ingédients pour 4 personnes**

800 g de poireaux

100 g de crème fraîche

1 oignon

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 cuillère à soupe de moutarde

60 g de parmesan

1 cube de bouillon de boeuf

Sel

Poivre

400 ml d'eau

### **Préparation**



**Préchauffer votre four à 200°**

**Mode dorer**

**Coupez l'oignon en morceaux**

Versez l'huile d'olive dans la cuve. Quand l'huile est chaude faites revenir les morceaux d'oignons

Ajoutez les rondelles de poireaux

Versez 400 ml d'eau et un cube de bouillon de bœuf émietté.

Salez et poivrez.

**Cuisson rapide ou sous pression**

Programmez 6 mn

Quand la cuisson est terminée égouttez la cuve .

Redéposez dans la cuve les morceaux d'oignon et les morceaux de poireaux.

Ajoutez la crème fraîche et la moutarde et mélangez.

Déposez le contenu de la cuve dans un plat qui va au four .

Saupoudrez le plat avec le parmesan.

Enfournez pour 20 à 25 mn à 200°

---

**Rôti de porc aux légumes**

# recette cookeo



## Rôti de porc aux légumes recette cookeo

**Ingrédients pour 4/6 personnes.**

1 rôti de porc

400 g de pommes de terre

200 g de carottes

2 navets

300 g de poireaux

1 oignon

100 ml de vin blanc

200 ml d'eau

Sel

Poivre

2 cuillères à soupe d'huile

1 cube de bouillon de bœuf

### **Préparation**

Epluchez, lavez et coupez les pommes de terre en morceaux

Coupez les carottes en rondelles

Coupez les navets en morceaux

Coupez l'oignon en morceaux

Passez les poireaux sous l'eau et coupez les en rondelles

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

Quand la cuisson est terminée ajoutez les morceaux de pommes de terre,de navets, les rondelles de carottes, de poireaux.

Reprogrammez 5 mn de cuisson rapide ou pression

Servez chaud.