

3 recettes cookeo de salades pour les beaux jours



3 recettes cookeo de salades pour les beaux jours

Même quand il commence à faire chaud notre cookeo peut nous aider à réaliser de bonnes recettes et notamment des salades . Alors je vous propose 3 recettes cookeo de salade. Pour obtenir la description cliquez sur le titre de la recette .

[Salade poireaux vinaigrette recette cookeo](#)



[Salade composée riz saumon recette cookeo](#)



Salade pommes de terre grecque recette cookeo



**Spaghettis tofu champignons
recette cookeo**



Spaghettis tofu champignons recette cookeo

Ingédients pour 4 personnes

200 g de tofu nature

200 g de champignons de Paris frais ou congelés

1 cube de bouillon de boeuf

300 g de spaghettis

Eau pour recouvrir

1 cuillère à soupe d'huile d'olive

1 cuillère à soupe de moutarde

125 g de fromage blanc

20 ml de jus de citron

Sel

Poivre

Préparation

Faites tremper vos spaghettis dans un récipient avec de l'eau pour les ramollir

Coupez le tofu en morceaux

Coupez les champignons de Paris si ce sont des frais (passez les sous l'eau avant)

Mode dorer

Versez l'huile d'olive dans la cuve et faites revenir le tofu coupé en morceaux

Ajoutez les champignons.

Ajoutez les spaghettis

Salez et poivrez.

Versez 400ml d'eau et émiettez le cube de bouillon de boeuf

Cuisson rapide ou sous pression

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

Quand la cuisson est terminée, égouttez la cuve(si trop d'eau) , ajoutez le fromage blanc ,la moutarde et le jus de citron .

Servez chaud

Spaghettis poulet poivron recette cookeo



Spaghettis poulet poivron recette cookeo

Ingédients pour 4 personnes

300 g de spaghetti

500 g d'escalope de poulet

1 poivron rouge

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

2 cuillères à café de concentré de tomates

1 cuillère à soupe de moutarde

1 petite boite de tomates pelées

Sel

Poivre

500 ml d'eau

1 cube de bouillon de volaille

Préparation

Epépinez et coupez le poivron en morceaux

Préparez un bouillon avec 500 ml d'eau et un cube de bouillon de volaille émietté

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

Mélangez le concentré de tomates avec la moutarde

Mode dorer

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

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 mélange concentré de tomates moutarde .Mélangez.

Servez chaud

Pâtes moules lardons recette cookeo



Pâtes moules lardons recette cookeo

Ingédients pour 4 personnes

400 g de moules congelées décoquillées

200 g de lardons

200 ml d'eau

200 ml de vin blanc

200 g de pâtes au choix

400 g de courgettes

200 g de champignons de Paris congelés ou frais

1 cube de bouillon de bœuf

200 ml de crème fraîche

1 cuillère à café de moutarde

Sel

Poivre

Préparation

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

Coupez les courgettes et les champignons de Paris en morceaux

Mode dorer

Déposez les lardons dans la cuve quand ils ont donné de la graisse faites revenir l'ail et les échalotes que vous avez coupées en morceaux .

Ajoutez ensuite les moules , les morceaux de courgettes et de champignons .

Ajoutez également les pâtes

Versez le bouillon

Salez et poivrez

Cuisson rapide ou sous pression

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

Quand la cuisson est terminée ajoutez la crème fraîche, la moutarde et mélangez .

Servez chaud .

Filet mignon haricots blancs recette cookeo



Filet mignon haricots blancs recette cookeo

Ingédients pour 4 personnes

12 médaillons de filet mignon de porc

450 ml d'eau

50 ml de vin blanc

800 g de haricots blancs congelés

2 pommes de terre

Ail semoule

1 oignon

1 gousse d'ail

2 cuillères à café de concentré de tomates

2 cuillères à soupe d'huile

Sel

Poivre

1 cube de bouillon de boeuf

Préparation

Coupez les pommes de terre en morceaux

Préparez un bouillon avec 450 ml d'eau, 50 ml de vin blanc et un cube de bouillon de bœuf émiellé

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve, quand l'huile est chaude faites revenir les médaillons de filet mignon de porc

Saupoudrez d'ail semoule

Ajoutez les haricots blancs et les morceaux de pommes de terre

Versez le bouillon dans la cuve

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 12 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez 2 cuillères à café de concentré de tomates

Servez chaud

Tagliatelles au chorizo recette cookeo



Tagliatelles au chorizo recette cookeo

Ingédients pour 4 personnes

300 g de tagliatelles

1 courgette

100 g de lanières de chorizo

1 petite boite de tomates pelées

2 cuillères à café de concentré de tomates

1 cube de bouillon de boeuf

Rizdor

Sel

Poivre

500 ml d'eau

Préparation

Préparez un bouillon avec 500 ml d'eau et un cube de bouillon de boeuf émietté

Coupez la courgette en morceaux

Mode dorer

Déposez les lanières de chorizo dans la cuve du cookeo

Ajoutez les morceaux de courgettes

Déposez les tagliatelles

Saupoudrez de riz doré

Versez le bouillon préparé

Ajoutez les tomates pelées

Cuisson rapide ou sous pression

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

Quand la cuisson est terminée ajoutez les cuillères à café de concentré de tomates, mélangez et servez chaud

5 recettes de pommes de terre frites extra crisp



5 recettes de pommes de terre frites extra crisp

Avec le couvercle extra crisp vous pouvez réaliser des pommes de terre frites fraîches . L'avantage principal c'est qu'il ne faut pas beaucoup d'huile . Vous obtenez en quelque sorte des frites plus light allégées par rapport à une cuisson en friteuse.

Alors je vous laisse découvrir les 5 recettes . Régalez vous bien !!

Pommes de terre frites lardons extra crisp cookeo

Pommes de terre frites champignons extra crisp

Frites fraîches extra crisp cookeo

Rondelles pommes de terre frites extra crisp cookeo

Pommes de terre frites origan extra crisp cookeo

One pot riz poireaux thon recette cookeo



One pot riz poireaux thon recette cookeo

180 calories

Ingédients pour 4 personnes

1 petite boite de thon nature

200 g de poireaux

300 g de riz

100 ml vin blanc

400 ml d'eau

1 cube de court bouillon

1 cuillères à soupe de moutarde

125 g de fromage blanc

Sel, poivre

Préparation

Préparez un bouillon avec 100 ml de vin blanc, 400 ml d'eau et un cube de court bouillon émietté

Lavez et coupez les poireaux en rondelles

Versez le riz et ajoutez les rondelles de poireaux

Versez le bouillon préparé

Salez et poivrez.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn (temps indiqué sur le paquet de riz divisé par 2)

Quand la cuisson est terminée ajoutez la moutarde et le fromage blanc . Mélangez.

Servez chaud

Carottes dés de jambon recette cookeo



Carottes dés de jambon recette cookeo

240 CALORIES

Ingédients pour 4 personnes

1 kg de carottes

200 g de dés de jambon

100 ml de crème fraîche

1 cuillère à café de moutarde

2 cuillères à café de concentré de tomates

300 ml d'eau

1 cube de bouillon de bœuf

Sel

Poivre

Curry

Préparation

Coupez les carottes en morceaux

Préparez un bouillon avec 300 ml d'eau et un cube de bouillon de boeuf émietté

Mélangez la crème fraîche et la moutarde dans un récipient

Déposez les carottes dans la cuve du cookeo

Versez le bouillon composé de 300 ml d'eau et d'un cube de bouillon de bœuf émietté.

Saupoudrez de curry

Ajoutez les dés de jambon

Salez et poivrez .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 6 mn

Quand la cuisson est terminée égouttez votre cuve et ajoutez le mélange crème fraîche moutarde et les 2 cuillères à café de concentré de tomates. Mélangez et servez chaud .

Courgettes crème fraîche moutarde cookeo



Ingédients pour 4 personnes

1 kg de courgettes congelées ou fraîches

100 ml de crème fraîche

1 cube de bouillon de bœuf

1 cuillère à soupe de moutarde

50 ml de vin blanc

450 ml d'eau

Sel

Poivre

Curry

Préparation

Préparez un bouillon avec un cube de bouillon de boeuf émietté ,50 ml de vin blanc et 450 ml d'eau et saupoudrez de curry

Lavez et coupez les en morceaux si ce sont des courgettes fraîches.

Mélangez la crème fraîche et la moutarde

Déposez les morceaux de courgettes dans la cuve du cookeo

Versez le bouillon préparé dans la cuve du cookeo

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn

Egouttez la cuve et ajoutez le mélange crème fraîche moutarde

Servez chaud.

One pot pasta cookeo 5 recettes version 2



One pot pasta cookeo 5 recettes

Vous trouverez dans cet article 5 recettes one pot cookeo . Mais c'est quoi le one pot . C'est tout simplement le fait de mettre tous les ingrédients dans la cuve du cookeo sans passer par le mode doré. C'est un gain de temps considérable pour

les personnes qui travaillent par exemple ou pour les personnes qui sont pressées.

Pour obtenir la description des recettes cliquez sur le titre de la recette

One pot pasta viande hachée



One pot Pennes poulet vache qui rit



One pot pasta farfallles knackis



One pot pasta Pipe Rigate poulet



One pot pasta poulet tomates



Saucisses fumées choucroute recette cookeo



Saucisses fumées choucroute recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

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

4 saucisses fumées

400 g de pommes de terre

150 ml d'eau

50 ml de vin blanc

Préparation

Coupez les pommes de terre en morceaux

Déposez la choucroute ,les pommes de terre ,les saucisses fumées dans la cuve

Versez l'eau et le vin blanc

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 6 mn.

Servez chaud

Carottes pommes de terre

chorizo cookeo



Carottes pommes de terre chorizo cookeo

245 calories

Ingédients pour 4 personnes

500 gr de carottes

300 g de pommes de terre

200 g de dés de jambon

300 ml d'eau

50 g de chorizo

1 cube de bouillon de boeuf

Sel poivre

Rizdor

2 cuillères à café de concentré de tomates

Préparation

Préparez un bouillon avec 300 ml d'eau et un cube de bouillon de boeuf émietté

Coupez le chorizo en lanières

Coupez les carottes et les pommes de terre en morceaux

Mode dorer

Déposez le chorizo dans la cuve du cookeo

Ajoutez les dés de jambon

Saupoudrez de riz doré

Ajoutez les pommes de terre et les carottes

Versez le bouillon préparé

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 6 minutes

Quand la cuisson est terminée ajoutez les 2 cuillères à café de concentré de tomates mélangez

Servir chaud

**Pommes de terre frites
lardons extra crisp cookeo**



Pommes de terre frites fraîches extra crisp cookeo

Ingédients

800 g de pommes de terre

100 à 200 g de lardons selon vos goûts

3 cuillères à soupe d'huile

Sel

Poivre

Préparation

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

Essuyez les morceaux de pommes de terre.

Déposez les pommes de terre dans un saladier puis versez 3 cuillères à soupe d'huile et mélangez.

Déposez les pommes de terre dans la cuve

Cuisson

Déposez le couvercle extra crisp Cookeo sur la cuve.

Programmez 200° pendant 30 mn.

Toutes les 5 mn, ôtez le couvercle et mélangez les pommes de terre.

Quand les 30 mn de cuisson sont terminées ajoutez les lardons dans la cuve et reprogrammez 10 mn de cuisson

Salez et poivrez selon votre convenance