

Poulet petits pois pommes de terre cookeo



Poulet petits pois pdt cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

500 g d'escalopes de poulet

500 g de petits pois congelés

500 g de pommes de terre

1 oignon ou oignons congelés

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 cube de bouillon de bœuf

300 ml d'eau

Sel

Poivre

Curry

Préparation

Coupez l'oignon en morceaux

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

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

Salez et poivrez selon votre convenance

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve puis faites dorer les escalopes de poulet quand l'huile est chaude.

Ajoutez les morceaux d'oignons pour les faire dorer

Saupoudrez de curry

Ajoutez les petits pois et les morceaux de pommes de terre

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

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 6 mn

servez chaud

Compote multi-fruits recette cookeo



Compote multi-fruits recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

1 abricot

4 pêches plates

2 brugnonns

2 pommes

50 ml d'eau

50 g de sucre

1 sachet de sucre vanillé

Le total des fruits coupés et épluchés doit faire environ 500 g

Préparation

Epluchez et coupez les fruits en morceaux .

Déposez les fruits dans la cuve.

Ajoutez 50 g de sucre en poudre.

Versez l'eau.

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 puis fermez les pots.

Pour les pots en confiture retournez les pour les rendre hermétiques

Si vous mettez la compote dans un saladier mettez le au frigo

Recette cookeo : coquillettes au poulet express



Poulet express la recette

Ingrédients pour 4 personnes

3 escalopes de dinde de poulet

400 g de coquillettes

200 g de champignons de Paris congelés

1 cube de bouillon de boeuf

2 cuillères à soupe de moutarde

Poivre

200 ml d'eau

2 cuillères à soupe de crème fraîche

Préparation de ce poulet express

Allumer votre cookeo ,sélectionnez cuisson rapide. Ajouter l'ensemble des ingrédients dans la cuve en commençant par le poulet que vous avez

coupé en morceaux ,les champignons ,le cube de bouillon de boeuf.

Ajouter 2 cuillères à soupe de moutarde,de l'eau et poivrer selon votre convenance.

Programmez 5 mn de cuisson rapide.

Quand la cuisson est terminée, ouvrez le couvercle de votre cookeo ,mélangez et ajoutez les 2cuillères à soupe de crème fraîche. Servez chaud.

Cookeo
Moulinex

Coquillettes au poulet express



Ingrédients pour 4 personnes

3 escalopes de dinde de poulet

400 g de coquillettes

200 g de champignons de Paris congelés

1 cube de bouillon de boeuf

2 cuillères à soupe de moutarde

Poivre

200 ml d'eau

2 cuillères à soupe de crème fraîche



<https://www.facebook.com/cookeorecettes/>

Préparation

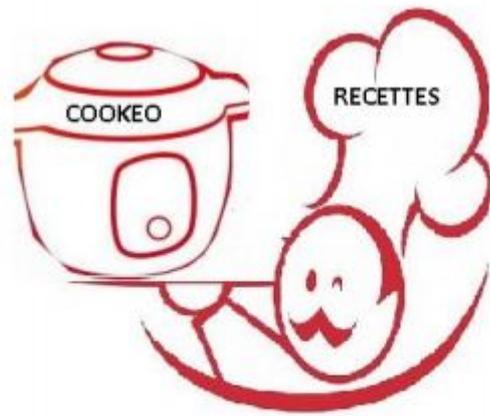
Allumer votre cookeo ,sélectionnez cuisson rapide. **Ajouter l'ensemble des ingrédients dans la cuve en commençant par le poulet que vous avez coupé en morceaux ,les champignons ,le cube de bouillon de boeuf.**

Ajouter 2 cuillères à soupe de moutarde,de l'eau et poivrer selon votre convenance.

Programmez 5 mn de cuisson rapide.

Quand la cuisson est terminée, ouvrez le couvercle de votre cookeo ,mélangez et ajoutez les 2cuillères à soupe de crème fraîche. Servez chaud.

<http://sport-et-regime.com/category/cookeo/>



1000 RECETTES COOKEO