

Encornets à la tomate et poivrons au cookeo : le PDF



Téléchargez gratuitement le PDF de cette recette d'encornets à la tomate et aux poivrons au cookeo.

Pour le téléchargement cliquez sur l'image ou [ICI](#).

Recette cookeo ou faitout : Encornets à la tomate et aux

poivrons



Voici une recette d'encornets à la tomate et aux poivrons qui se réalise rapidement et facilement. Elle peut se réaliser au cookeo ou dans un faitout. Pour la recette avec le faitout cela demande plus de temps de cuisson.

Ingrédients pour 2 personnes pour la version cookeo

400g d'encornets congelés

300 g de poivrons congelés

250 ml de vin blanc

4 cuillères à café de concentré de tomates

Sel

Poivre

Ail en morceaux congelé

Ingrédients pour 2 personnes pour la version faitout

400g d'encornets congelés

300 g de poivrons congelés

250 ml de vin blanc

4 cuillères à café de concentré de tomates

Sel

Poivre

4 cuillères à soupe d'huile d'olive

Ail en morceaux congelé

Préparation au Cookeo des encornets

Placez votre appareil cookeo en version manuel. Puis versez tous les ingrédients dans la cuve : les encornets, les poivrons, le vin blanc, 200 ml d'eau. Saupoudrez d'ail congelé .Mélangez et versez 2 cuillères à café de concentré de tomates. Mélangez à nouveau.

Pour le sel et le poivre faites selon votre convenance.

Sélectionnez la fonction cuisson rapide (5mn) puis choisissez soit fonction immédiate soit différée. Fermez le couvercle du cookeo et c'est parti pour la cuisson.

Préparation dans un faitout

Faites chauffer un faitout 4 cuillères à soupe d'huile d'olive puis faites revenir l'ail, ajoutez les poivrons et laissez cuire 5 mn, puis ajoutez les encornets.

Laissez revenir 2 mn puis versez le vin blanc et 200 ml d'eau dans le faitout .Ajoutez 2 cuillères à café de concentré de tomates puis mélangez et laissez mijoter 10 mn.

En fin de cuisson ajoutez les 2 dernières cuillères à café de concentré de tomates et laissez mijoter 2mn. Servez chaud avec des légumes de votre choix.

Bon appétit à tous !!!!