100 recettes Cookeo – Best of de mes recettes cookeo



Voilà mon dernier livre broché bientôt au format PDF.100 recettes Cookeo – Best of de mes recettes cookeo.Les recettes cookeo sont présentées sous forme de fiches

EN VENTE SUR AMAZON lien ici https://link.amazon/B0dl0dRcu

Vous manquez d’inspiration pour vos repas avec votre Cookeo ? Découvrez 100 recettes gourmandes, faciles et variées réunies dans un seul livre !

Vous aimez cuisiner avec votre Cookeo, mais vous recherchez régulièrement de nouvelles idées pour varier vos repas ? Ce livre vous propose une sélection de 100 recettes incontournables, choisies parmi mes meilleures recettes Cookeo.

Pensé pour la cuisine de tous les jours, ce recueil vous accompagne aussi bien pour préparer un repas familial que pour trouver rapidement une idée lorsque vous manquez d’inspiration.

100 recettes pour varier les plaisirs

Les recettes sont organisées par grandes catégories afin de vous permettre de trouver facilement ce que vous recherchez :

- Porc
- Volailles
- Poissons et crustacés
- Gratins
- Légumes et accompagnements
- Riz
- Pâtes et spaghettis
- Desserts
- Sauces

Du plat familial au dessert gourmand, en passant par les accompagnements et les sauces, vous trouverez de nombreuses idées pour renouveler vos repas.

Des recettes simples pour le quotidien

L’objectif de ce livre est simple : vous aider à cuisiner

facilement avec votre Cookeo et vous donner de nouvelles idées de repas.

Les recettes sont conçues pour être accessibles, avec des préparations adaptées à l’utilisation du Cookeo et des ingrédients faciles à trouver.

Que vous soyez déjà un habitué du Cookeo ou que vous débutiez avec votre appareil, laissez-vous guider et découvrez progressivement toute la diversité des recettes que vous pouvez réaliser.



RECETTE COOKEO

Couscous de la mer

POUR	PRÉPARATION	CUISSON	DIFFICULTÉ
4 PERSONNES	20 MIN	5 MIN	FACILE

INGRÉDIENTS

- 400 g de pavé de saumon
- 100 g de cocktail de fruits de mer
- 1 boite de tomates pelées
- 1 petite boite de pois chiche
- 1 oignon
- 200 g de courgettes
- 200 g de carottes
- 250 g de semoule
- 250 ml d'eau
- 4 cuillères à café de ras el hanout
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive



ASTUCE

Vous pouvez ajouter un peu de coriandre ou de persil frais au moment de servir pour encore plus de saveur.



IDÉE GOURMANDE

Servez avec une sauce harissa ou un filet de jus de citron pour relever le goût.



PRÉPARATION

1.  Coupez le pavé de saumon en morceaux.
2.  Coupez les carottes en rondelles.
3.  Coupez les courgettes en morceaux.
4.  Egouttez les pois chiches.
5.  Coupez l'oignon en morceaux.
6.  Déposez les graines de couscous dans un saladier.

MODE DORER

7.  Versez l'huile d'olive dans la cuve, quand l'huile est chaude faite dorer les oignons.
8.  Ajoutez les morceaux de saumon et le cocktail de fruits de mer.
9.  Ajoutez les courgettes, les carottes et la boite de tomates pelées, les pois chiches.
10.  Saupoudrez avec le ras el hanout.
11.  Salez et poivrez selon votre convenance.
12.  Versez les 250 ml d'eau.

CUISSON RAPIDE OU SOUS PRESSION

13.  Programmez 5mn.
14.  Egouttez la cuve au-dessus du saladier de grain de semoule.
15.  Laissez gonflez la semoule avec un couvercle sur le saladier puis égrenez avec une fourchette.
16.  Dressez vos assiettes et servez chaud.

Un plat généreux et parfumé aux saveurs de la mer !

VOILA UN EXMPLE DE FICHE

---

70 recettes cookeo extra crisp ebook et livre broché



70 recettes cookeo extra crisp ebook et livre broché

Bonjour voilà mon petit dernier

Venez découvrir mon ebook et mon livre broché sur le site Amazon .

Vous trouverez donc dans cet Ebook 70 recettes cookeo extra

crisp . Pour découvrir l’ebook **CLIQUEZ ICI**

Pour découvrir le livre broché **CLIQUEZ ICI**

Voici le sommaire :

Abricots rôtis. 10
Ananas rôti 11
Brochettes dinde. 13
Cake au thon. 15
Cake chorizo. 19
Cake courgettes chèvre. 21
Cake jambon olives. 23
Cake jambon ou bacon tomates séchées. 25
Clafoutis aux cerises. 27
Courgettes jambon braisé. 29
Courgettes merguez. 31
Croque chorizo. 33
Croque -Monsieur. 34
Cuisses poulet tomates. 38
Escalopes poulet potatoes. 40
Flan sans pâte. 42
Frites boulettes de boeuf. 44
Frites courgettes curry. 46
Frites fraîches. 47
Frittata aux oignons. 49
Gâteau au yaourt. 53
Gâteau chocolat coco. 61
Gâteau chocolat. 63
Gâteau Nutella extra crisp cookeo. 65
Gâteau nutella marbré. 67
Gâteau poires amandes. 69
Gâteau poudre d’amandes. 71
Gâteau poudre noisettes. 73
Gratin de fruits rouges. 75

Hauts de cuisse pommes de terre. 79
Merguez frites. 83
Paupiettes canard pommes de terre. 84
Pintade rôtie. 85
Pommes de frites lardons champignons. 86
Pommes de terre frites aubergines. 88
Pommes de terre frites champignons. 90
Pommes de terre frites fraîches. 92
Pommes de terre noisette. 93
Pommes de terre rissolées poitrine. 94
Potatoes fraîches paprika. 95
Poulet ail semoule. 97
Poulet rôti citron thym.. 99
Poulet entier courgettes tomates. 101
Poulet potatoes fraîches. 103
Poulet rôti basilic. 105
Poulet rôti champignons tomates. 107
Poulet rôti 109
Poulet rôti lentilles. 113
Poulet rôti pommes de terre. 115
Poulet rôti pommes de terre tomates. 119
Poulet rôti petites pommes de terre. 121
Poulet rôti pommes de terre rissolées. 123
Poulet rôti potatoes. 125
Quatre quarts. 127
Rondelles pommes de terre frite. 129
Rôti de boeuf. 130
Saucisses Roquefort pdt rissolées. 131
Saucisses tomates. 133
Saumon orange. 135
Sautés poulet tomates. 136
Steaks porc pommes de terre. 138
Tarte abricots. 140
Tarte aux pommes. 142
Tomates farcies aubergines. 144
Tomates farcies. 146
Tomates provençales. 148

Tortilla pommes de terre. 150

---

100 recettes beaux jours cookeo l’ebook

100 RECETTES ROBOT CUISEUR BEAUX JOURS



JP ROUSSEAU

100 recettes beaux jours cookeo l’ebook

Vous pouvez retrouver cet ebook sur Amazon . Cet ebook regroupe 100 recettes cookeo pour les beaux jours . Il s’agit d’une sélection de recettes publiées sur mes blogs . Vous pouvez les retrouver et les consulter gratuitement sur mes blogs .

Par contre l’ebook publié sur Amazon est payant .

Vous trouverez dans cet ebook des recettes :

Entrées : Salades, taboulés flans, terrines
Plats : couscous paëlla, merguez, saucisses etc…
Légumes pour accompagnement (grillades ou plancha par exemple) : ratatouilles, gratins
Desserts : confitures et compotes principalement mais bien d’autres comme des Iles flottantes

Vous pouvez consulter le sommaire en suivant ICI OU SUR LES IMAGES

Pour plus d’informations ou commander cliquez ICI OU SUR LES IMAGES



100 recettes au robot cuiseur beaux jours
de JEAN PHILIPPE ROUSSEAU | Vendu par : Amazon Media EU S.à r.l.

Format Kindle
2,99€

150 recettes light au robot-cuiseur cookeo : le livre



150 recettes light au robot-cuiseur cookeo : le livre

150 recettes légères à faire en un tour de main avec votre Cookeo !

LA NOTE DE L'AUTEUR

Ça y est, vous avez craqué : votre robot-cuiseur a pris place dans votre cuisine ! Et vous comptez bien le mettre à profit pour vous simplifier la vie ! Prêt à l'emploi, il

n’attend plus que vous et votre inspiration…
Lancez-vous ! Après vous avoir expliqué comment utiliser votre Cookeo, Marie Rossignol vous livre ses meilleures recettes light, toutes plus faciles à réaliser les unes que les autres : salade croquante de légumes verts, nouilles soba aux champignons, soupe d’hiver au sarrasin, flan de courgettes, artichauts braisés aux thym, mijoté de Lotte aux poivrons, soupe de fraises… Voici plus de 150 idées pour cuisiner au quotidien tout en soignant sa ligne et sa santé.
Vive la cuisine légère et inratable : le plus compliqué sera désormais de choisir parmi toutes ces recettes !

POUR PLUS D’INFOS CLIQUEZ SUR LES IMAGES OU COMMANDER



Légumes

CLAFOUTIS AUX LÉGUMES D’ÉTÉ

4 PERSONNES • PRÉPARATION 5 MIN • CUISSON 26 MIN

1 œuf
50 g de fécule de maïs
25 cl de lait écrémé
2 cuil. à soupe de ricotta
1 poivron
1 courgette
8 tomates cerise
1 cuil. à café d’huile d’olive
sel, poivre

Dans un saladier, mélangez l’œuf, la fécule, le lait et la ricotta. Versez l’appareil à clafoutis dans quatre ramequins.

Lavez et coupez en petits morceaux le poivron et la courgette. Coupez les tomates cerise en deux.

Versez l’huile au fond de la cuve du robot et faites cuire les légumes **1-2 MIN** en mode **DORER**. Salez, poivrez. Répartissez les légumes dans des ramequins ou un moule à charlotte. Couvrez-les d’un film alimentaire puis placez-les dans le **PANIER VAPEUR**.

Versez 20 cl d’eau au fond de la cuve, déposez le panier dans le robot, puis lancez la **CUISSON SOUS PRESSION** pour **24 MIN**.

ASTUCE

Accompagnez ces petits clafoutis d’une salade de mâche ou encore d’une papillote de poisson blanc.

68



Entrées

SALADE DE THON ROUGE MARINÉ AU COMBAVA

4 PERSONNES • PRÉPARATION 15 MIN • MARINADE 1 H • CUISSON 4 MIN

600 g de thon rouge
150 g de pousses d'épinards
quelques graines germées

Pour la marinade
½ poivron rouge
1 cm de racine de gingembre
1 gousse d'ail
1 combava bio
1 cuil. à soupe de sauce soja
1 cuil. à café de vinaigre de riz
1 cuil. à soupe de jus de citron
1 cuil. à soupe d'huile d'olive

Pelez et hachez le gingembre et la gousse d'ail. Coupez le poivron en petits dés. Râpez le zeste du combava. Coupez le thon rouge en dés.

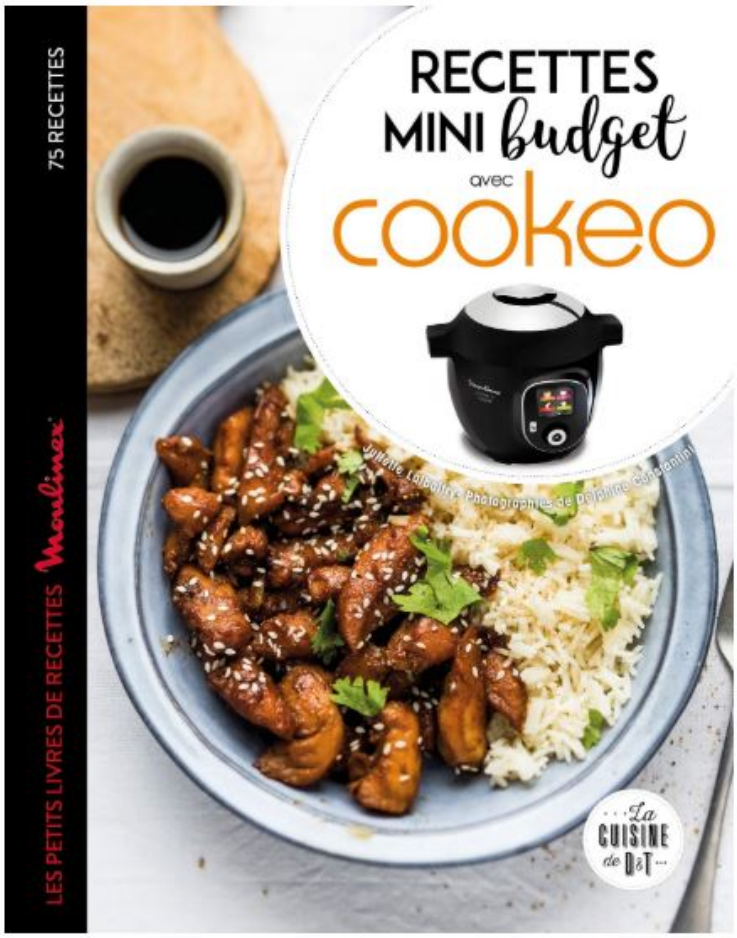
Dans un saladier, mélangez la sauce soja, le vinaigre, le jus de citron et l'huile d'olive. Ajoutez l'ail, le gingembre, les zestes du combava, les dés de poivron et mélangez bien. Intégrez le thon et laissez mariner 1 h au réfrigérateur.

Faites chauffer le robot en mode **DORER** et versez dans la cuve le thon et sa marinade. Faites revenir **2 MIN**, puis prolongez la cuisson en mode **CUISSON SOUS PRESSION** pendant **2 MIN**.

Répartissez les pousses d'épinards dans les assiettes, puis déposez dessus quelques dés de thon rouge mariné. Saupoudrez de graines germées.



Livre recettes mini budget avec cookeo



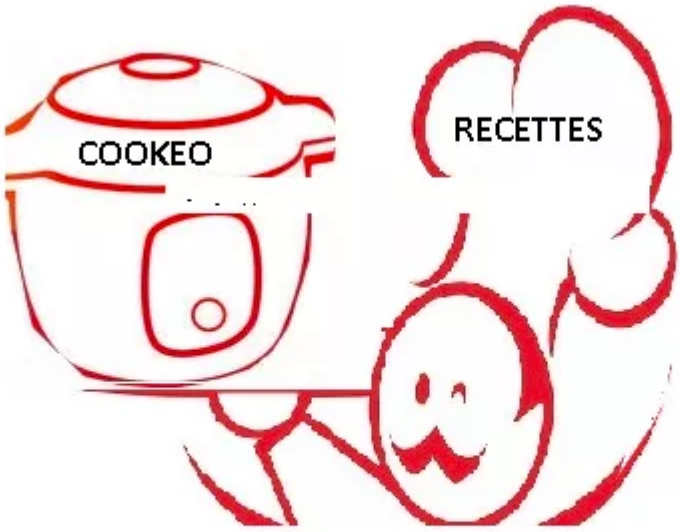
Livre recettes mini budget avec cookeo

Un livre de 75 recettes avec des plats complets à petits prix :

Cake au poivron et au chèvre, tajine de poulet aux olives et au citron, risotto aux épinards, potiron et parmesan ou encore cheesecake à la vanille

Pour en savoir plus cliquez sur l’image ou ICI

400 recettes et astuces cookeo publiées sur ma page facebook



400 recettes cookeo partagées ou publiées sur COOKEO RECETTES

400 recettes et astuces cookeo publiées sur ma page facebook Cookeo recettes

Voici un récapitulatif en format PDF gratuit des recettes et astuces cookeo publiées su rma page Facebook. Il y en a beaucoup d'autres . Je vais faire la mise à jour petit à petit pour que vous puissiez trouver facilement les recettes . Il vous suffit de cliquer sur l'image ou ICI pour télécharger le PDF gratuit.

Widgets Amazon.fr

Widgets Amazon.fr

Mangez sain mangez bien avec Cookeo le livre



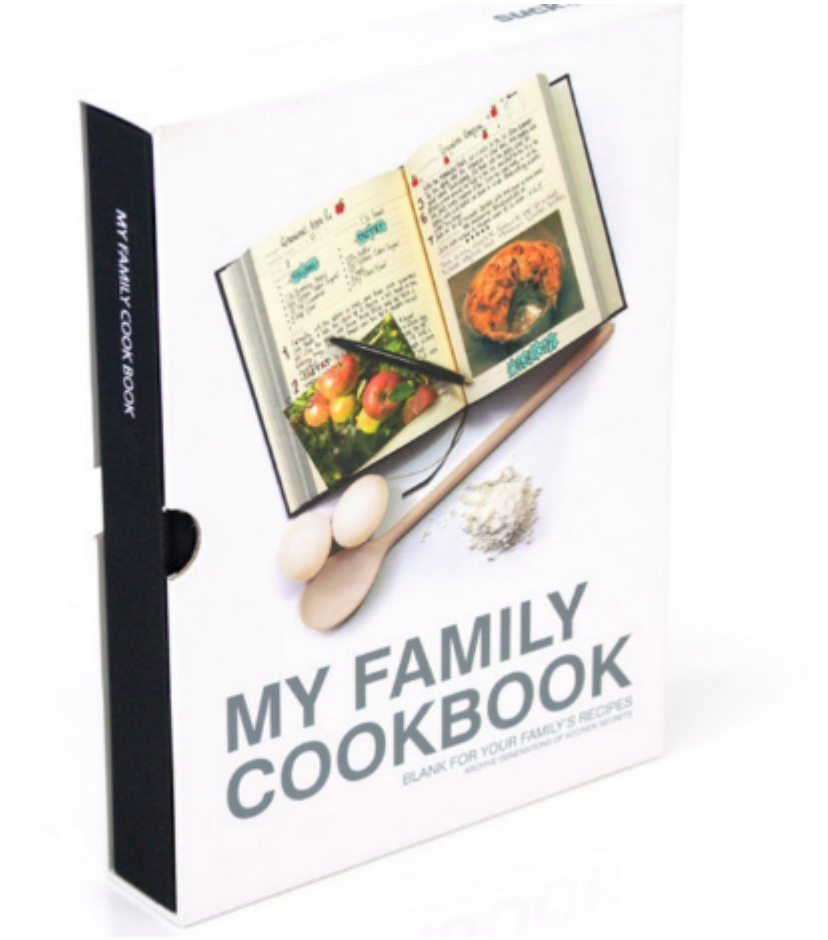
Mangez sain mangez bien avec Cookeo le livre

Présentation de l’éditeur

Vous lui confiez les ingrédients et il vous concocte de délicieux petits plats. Un cuisinier personnel ? Non, juste votre Cookeo ! 75 recettes spécialement conçues pour votre meilleur allié en cuisine. Tajine de poulet et butternut, chili végétarien, saumon au quinoa… avec votre Cookeo c’est maintenant facile de bien manger tous les jours !

Pour plus d’informations ou acheter c’est ICI ou en cliquant sur l’image

Créer votre propre livre de recettes cookeo



Créer votre propre livre de recettes cookeo

- Créez votre propre livre de recettes
- Pages modèles avec de l’espace pour plus de 80 recettes
- Comprend une introduction avec des guides et des conseils de cuisine utiles
- Couverture tissu et pages en papier 140 gsm de haute qualité
- Taille 16 x 22 x 3cm

POUR EN SAVOIR PLUS CLIQUEZ ICI OU SUR L’IMAGE

Le livre de cuisine My Family Cookbook est idéal pour consigner vos recettes préférées. Pour archiver des générations de secrets de

cuisine et garder vos meilleures recettes dans la famille ! Chaque double page présente un modèle avec beaucoup d’espace pour inscrire les ingrédients, la méthode, des critiques étoilées et ajouter une photo de votre chef-d’œuvre.

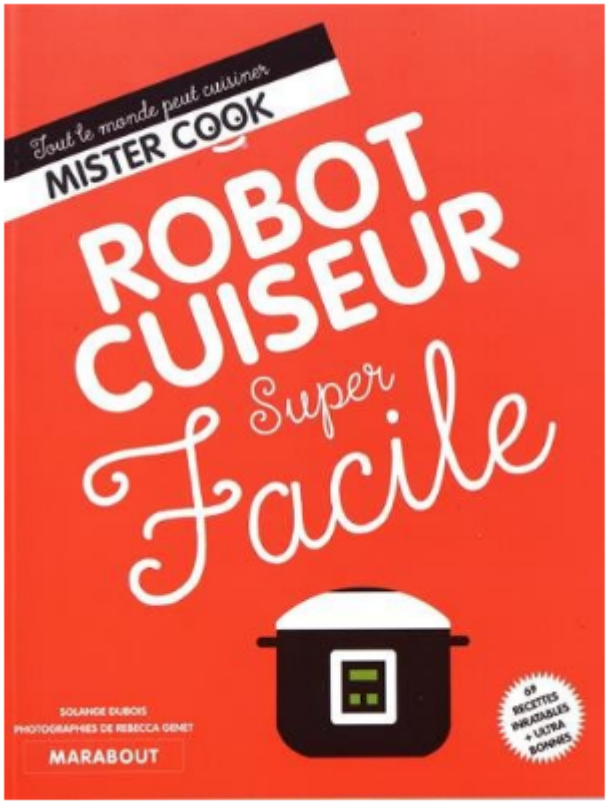
Il y a la place pour plus de 80 recettes dans ce beau livre, avec une introduction qui comprend un guide de cuisson utile, des conseils essentiels et une table de conversion très pratique.

Le livre de cuisine My Family Cookbook est un beau cadeau pour tous ceux qui aiment ou qui veulent apprendre à cuisiner. Remplissez-le des plats préférés de la famille quand vos enfants quittent le nid ou laissez-le vierge pour les gourmets qui veulent créer leurs propres recettes secrètes !

Couverture en tissu, pages en papier recyclé 140 gsm. Également disponible en rouge.

POUR EN SAVOIR PLUS CLIQUEZ ICI OU SUR L’IMAGE

Super Facile Cookeo le livre des idées pour votre cookeo



Super Facile Cookeo le livre

Voici un livre dont je m’inspire pour réaliser des recettes au cookeo.

Présentation de l’éditeur

Le livre de recettes super faciles à mitonner avec son Cookeo de Moulinex.Le Cookeo est un robot chauffant programmable qui fait à la fois des cuissons lentes, des cuissons sous pression, des démarrages de cuisson en saisissant.Des recettes de soupes type minestrone, des plats de viande, des légumes, des plats complets de céréales, pour un quotidien facilité. Points forts :69 recettes rapides et ultra simples : temps de préparation réduit, explications courtes, 6 ingrédients maximuun seul ustensile le Cookeoun répertoire de recettes complémentaires du livret fabricant une marque forte Moulinex

Pour plus d'informations ou acheter c'est ICI ou en cliquant sur l'image



Wok de bœuf & roquette 40
Hachis indien 41
Porc aux pruneaux 42
Grenadins aux légumes 43
Steak poivre & champignons 44
Tomates farcies 45
Poulet à l'ananas 46
Tortillas au poulet 47
Aiguillettes sauce poulette 48
Poulet aux 40 gousses d'ail 49
Dinde crème au curry 50

PÂTES

Tagliatelles enrubannées 51
Farfalles à la sicilienne 52
Capellinis petits légumes 53
Lasagnes courgettes-chèvre 54
Spaghettis carbonara 55
Gnocchis à la tomate 56

PETITS PLATS

Couscous légumes & harissa 57
Frites légères 58
Cocotte de pommes de terre 59
Chou-fleur & bacon 60
Petits flans de légumes 61

DESSERTS

Pomme fruit vapeur 62
Fraises au gingembre 63
Poires thé & yaourt 64
Gâteau de rhubarbe 65
Cœur fondant chocolat 66
Cupcakes à la ricotta 67
Soupe de fruits Earl Grey 68
Pain perdu 69

Sommaire

ENTRÉES

Feuilletés légers 1
Croquettes au boulgour 2
Taboulé chou-fleur-menthe 3
Salade courgettes & feta 4
Salade à l'italienne 5
Figues rôties & jambon 6
Grosses crevettes marinées 7
Méchouia de thon 8
Tartare de saumon crémeux 9
Verrines aubergine-jambon 10
Tarte épinard-fromage 11
Tarte à l'oignon 12
Tarte potimarron 13
Pizzettes œuf-jambon 14

SOUPES

Crème brocoli & saumon 15
Velouté chou-fleur 16
Velouté champignons 17
Soupe rouge & croûtons 18
Gaspacho 19
Soupe petits pois-menthe 20
Soupe carotte-coriandre .....
Velouté fève-coco .....
Crème panais-poires .....
Crème poireaux-petits pois .....
Soupe courgette-menthe .....

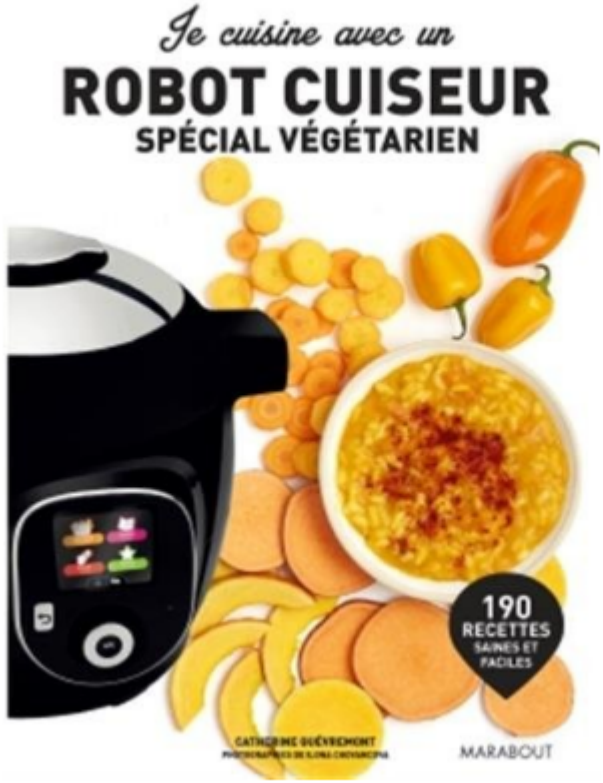
POISSONS

Saumon aux amandes .....
Spaghettis aux crevettes .....
Saint-jacques & passion .....
Lasagnes au poisson .....
Sole au citron .....
Dorade en croûte de sel .....
Saint-jacques au poireau .....
Saumon au sel rose .....
Flan au saumon florentine .....
Bolognaise de saumon .....
Calamars tomates cerise .....
Coquillages ail-pistache .....

VIANDE

Papillote d'agneau .....
Côte de veau en papillote .....

Je cuisine avec un robot cuiseur spécial végétarien



Je cuisine avec un robot cuiseur spécial végétarien le livre

« 200 recettes
Le robot cuiseur permet de nombreux modes de cuisson : rissoler, sous pression, vapeur, basse température, mijoteur.
Grâce à lui, plus aucune recette n’aura de secret : vous pouvez tout cuisiner.

Le livre de recettes indispensables pour optimiser l’achat d’un robot cuiseur«

Pour plus d’informations ou acheter c’est ICI ou en cliquant sur l’image

---

90 recettes cookeo Super facile le livre



90 recettes cookeo Super facile le livre

Vous trouverez dans ce livre 90 recettes au cookeo proposées par Céline de Cérou .Des recettes simples et faciles à réaliser .

Dans ce livre illustré avec des images vous trouverez les grands

classiques de la cuisine comme la blanquette de veau,le petit salé aux lentilles etc…

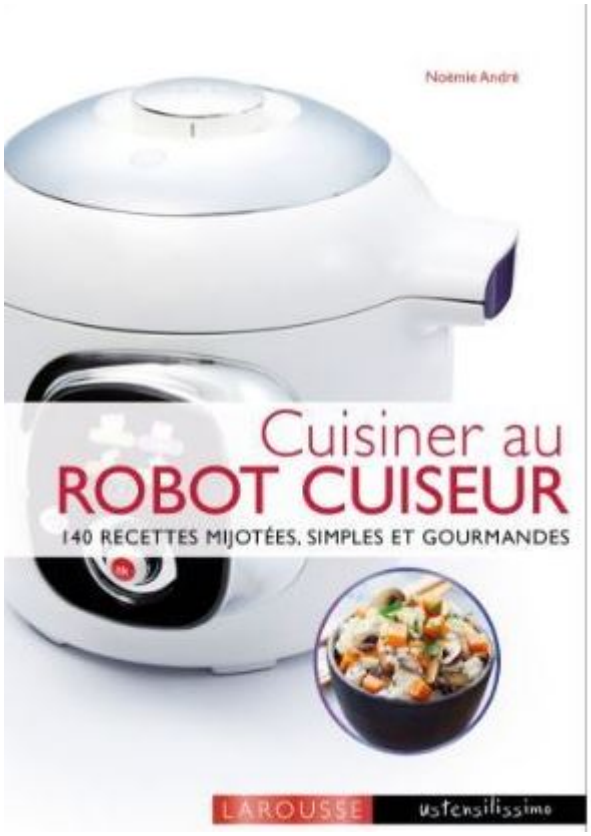
Côté soupe : bisque de crevettes, soupe paysanne et d'autres encore.

Pour les parents vous aurez aussi le choix avec de la bolognaise,des gnocchis et bien d'autres surprises.

Des desserts bien sûr ainsi que des recettes du monde comme le chili,le goulash sont présents dans cet ouvrage .

Pour en savoir plus Cliquez sur l'image ou ICI

Idée cadeau pour Noël : Livre cuisiner au Robot cuiseur (cookeo)



Idée cadeau pour Noël : Livre cuisiner au Robot cuiseur (cookeo)

En manque d’idées pour un cadeau alors pas d’hésitation offrez ce livre de recettes qui est sorti récemment .

140 recettes gourmandes pour vous simplifier le quotidien. Vous manquez de temps, mais ne voulez pas manger de plats préparés ? Sortez votre robot cuiseur cookeo ! Classiques simplifiés, recettes d’ailleurs, plats végétariens, recettes vapeur santé et desserts… Préparez vos ingrédients, sélectionnez le bon mode de cuisson et… c’est tout. Plus besoin de rester en cuisine, votre robot surveille la cuisson !

Pour plus de détails **CLIQUEZ ICI OU SUR L’IMAGE**