Recette cookeo : minestrone aux lentilles



Ingrédients pour 4 personnes.

100 g de mini penne de blé complet

1 cube de bouillon de boeuf

200 g de carottes congelées

400 g de lentilles préparées égouttées

1 échalote

2 gousses d’ail coupées en morceaux

1 petite boite de tomates pelées

2 cuillères à soupe de concentré de tomates

Huile d’olive

1 litre d’eau

Sel et poivre

Préparation de ce minestrone

mode dorer

Versez l’huile d’olive et faites revenir l’ail et l ‘échalotes coupés en morceaux. Ajoutez les carottes puis les lentilles.

Ajoutez la boite de tomates pelées ,écrasez un peu les tomates puis poivrez. Emiettez le cube de bouillon de boeuf,ajoutez les pennes et versez 1 litre d’eau .

Ajoutez 2 cuillères à soupe de concentré de tomates.

Programmez la cuisson **rapide** 6 mn .