Recette cookeo : Saint Jacques aux poireaux



Ingrédients pour 4 personnes

300 grammes de noix de Saint-Jacques

1 verre de vin blanc

Poivre

3 blancs de poireaux

100 grammes d’oignons congelés

1 échalote

Persil

2 cuillères à soupe de crème fraîche

Huile d’olive

Curry

Préparation pour ces poireaux

Position dorer

Versez de l’huile d’olive dans la cuve puis faites dorer les oignons et les morceaux d’échalote.

Faites revenir ensuite les noix de Saint-Jacques

Ajouter des morceaux de poireaux dans la cuve

Versez le verre de vin blanc puis recouvrez les ingrédients avec de l’eau. Poivrez et ajoutez du curry

Fonction cuisson rapide 10 minutes

Ajoutez 2 cuillères à soupe de crème fraîche et le persil. Mélangez, servez soit immédiatement soit vous mettez votre appareil en maintien au chaud .Bon appétit à tous .

Recette cookeo ou faitout : moules au poireaux

Une recette rapide , simple et qui reste légère . Un peu de bonheur gustatif . Je vous la recommande.

Ingrédients pour 3 personnes

300 g de moules décortiquées congelées

3 blancs de poireaux

1 verre de vin blanc

Jus de citron

Sel

Poivre

Curry

4 cuillères à café de crème fraiche

Huile d’olive

1 gros oignon

Préparation de ces moules aux poireaux

Préparation au cookeo

Lavez et découpez vos blancs de poireaux. Faites décongeler les moules décortiquées.

Coupez l’oignon en morceaux.

Allumez votre cookeo .Versez de l’huile d’olive dans la cuve du cookeo ;

Versez les oignons, faites les dorer puis ajoutez les poireaux. Puis ajoutez les moules, le verre de vin blanc. Salez et poivrez selon votre convenance puis saupoudrez de curry.

Versez du jus de citron sur l’ensemble des ingrédients.

Versez 200 ml d’eau dans la cuve.

Ajoutez 2 cuillères à soupe de crème fraîche. Mélangez.

Quittez la fonction dorer puis passez en cuisson rapide avec 10 mn de cuisson.

Rectifiez si nécessaire l’assaisonnement et ajoutez 2 cuillères à soupe de crème fraîche.

Préparation au faitout

Lavez et découpez vos blancs de poireaux. Faites décongeler les moules décortiquées.

Coupez l’oignon en morceaux.

Faites chauffez une poêle ou un faitout.

Versez de l’huile d’olive dans le faitout.

Versez les oignons, faites les dorer puis ajoutez les poireaux. Puis ajoutez les moules, le verre de vin blanc. Salez et poivrez selon votre convenance puis saupoudrez de curry.

Versez du jus de citron dans le faitout. Versez de l’eau sur l’ensemble des ingrédients (environ 200 ml).

Ajoutez 2 cuillères à soupe de crème fraîche.

Mélangez l’ensemble.

Faites cuire pendant 10 mn à feu vif puis 10 mn à feu doux.

Rectifiez si nécessaire l’assaisonnement et ajoutez 2 cuillères à soupe de crème fraîche.