

# Poulet entier curry indienne cookeo



## Poulet entier curry indienne cookeo

### Ingrédients pour 4 personnes

1 poulet entier de 1,5 kg environ

1 sachet papillote Maggi ou équivalent curry à l'indienne

3 cuillères à soupe d 'huile

300 ml d'eau

1 cuillère à soupe de maïzena

Sel

Poivre

### Préparation

Diluez la maïzena dans de l'eau (cela évite les grumeaux)

Badigeonnez votre poulet avec de l'huile

Versez de l'huile dans la cuve et faites dorer le poulet sur toutes ses faces.

Versez la préparation curry à l'indienne

Versez 300 ml d'eau

Salez et poivrez selon votre convenance.

### **Cuisson rapide ou sous pression**

Programmez 30 mn. (en fonction de la grosseur de votre poulet il faut peut être augmenter le temps de cuisson)

Quand la cuisson est terminée réservez votre poulet dans un plat qui va au four.

Mettez le four en position grill et enfournez le plat.

### **Passez en mode dorer**

Versez la maïzena diluée dans l'eau dans la cuve.

Restez en mode dorer jusqu'à ce que la sauce épaississe.

Quand la sauce a épaissi, sortez le poulet du four et versez la sauce sur le poulet.

Servez avec de pommes de terre ou du riz ~~par exemple~~

---

# **Poulet entier aux légumes cookeo**



# Poulet entier aux légumes cookeo

## Ingrédients pour 4 personnes

1 poulet

1 petite boîte de tomates pelées

2 courgettes

1 aubergines

1 poivron

4 cuillères à soupe d'huile

300 ml d'eau

100 ml de vin blanc

2 cuillères à soupe de concentré de tomates

Sel

Poivre

## Préparation

Badigeonnez votre poulet avec de l'huile

Préparez un bouillon avec 300 ml d'eau et 100ml de vin blanc

### **Mode dorer**

Versez d'huile dans la cuve et faites dorer le poulet sur toutes ses faces

Ajoutez la boîte de tomates pelées

Versez le bouillon dans la cuve

Salez, poivrez

### **Cuisson rapide ou sous pression**

Programmez 15 mn pour 500 mg de poulet. Pour mon poulet 1,5 kg soit 3 X 15 mn = 45 mn

Ouvrez votre cookeo et ajoutez le riz et les légumes dans la cuve.

Rajoutez de l'eau si nécessaire.

Reprogrammez 5 mn de cuisson

Quand la cuisson est terminée ajoutez 2 cuillères à soupe de concentré de tomates

Servez chaud ou versez le contenu de la cuve dans un plat qui va au four .Enfournez pour un maintien au chaud à 100 ° pendant que vous préparez vos légumes

---

# Poulet entier pommes de terre cookeo



# Poulet entier pommes de terre cookeo

## Ingrédients pour 4 personnes

1 poulet

1 petite boite de tomates pelées

Sel

Poivre

800 g de pommes de terre

100 ml de vin blanc

300 ml d'eau

1 cube de bouillon de boeuf

4 cuillères à soupe d'huile d'olive

Paprika

## **Préparation**

Epluchez, lavez et coupez les pommes de terre en morceaux .

## **Mode dorer**

Versez l'huile dans la cuve , quand l'huile est chaude faites dorer le poulet sur toutes ses faces.

Versez un bouillon composé de 300 ml d'eau ,100 ml de vin blanc et d'un cube de bouillon de bœuf émietté.

Saupoudrez de paprika.

Salez et poivrez selon votre convenance

## **Cuisson rapide ou pression**

Programmez 25 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez les pommes de terre et les tomates pelées.

**Reprogrammez 5 mn** de cuisson rapide ou sous pression

Servez chaud

**Des Milliers de livres,  
de formations à télécharger**



---

# **Poulet entier sauce paysanne cookeo**



**Ingrédients pour 4 personnes**

1 poulet entier de 1,5 kg environ

1 sachet papillote Maggi ou équivalent recette paysanne

1 cube de bouillon de poule

2 cuillères à soupe d 'huile

300 ml d'eau

1 cuillère à soupe de maïzena

Sel

Poivre

### **Préparation**

Diluez la maïzena dans de l'eau (cela évite les grumeaux)

Versez l'huile dans la cuve et faites dorer le poulet sur toutes ses faces.

Saupoudrez le poulet de la préparation recette paysanne.

Versez un bouillon composé de 300 ml d'eau et d'un cube de bouillon de poule.

Salez et poivrez selon votre convenance.

### **Cuisson rapide ou sous pression**

Programmez 25 mn.

Quand la cuisson est terminée réservez votre poulet dans un plat qui va au four.

Mettez le four en position grill et enfournez le plat.

### **Passez en mode dorer**

Versez la maïzena diluée dans l'eau dans la cuve.



Restez en mode dorer jusqu'à ce que la sauce épaississe.

Quand la sauce a épaissi, sortez le poulet du four et versez la sauce sur le poulet.

Servez avec de pommes de terre par exemple.

**Des Milliers de livres,  
de formations à télécharger**



**1TPE.com**

---

# Poulet entier tomates figues courgettes cookeo



# Poulet entier tomates figues courgettes cookeo

## Ingrédients pour 4 personnes

1 poulet

600 g de tomates

400 g de courgettes

4 figues

1 oignon

4 cuillères à soupe d'huile d'olive

150 ml d'eau

50 ml de vin blanc

1 cube de bouillon de bœuf

Sel

Poivre

### **Préparation**

Lavez et coupez les courgettes, les tomates, en morceaux.

Coupez l'oignon en morceaux.

Lavez les figues.

### **Mode dorer**

Versez 2 cuillères à soupe d'huile d'olive dans la cuve et faites dorer quand l'huile est chaude les oignons pendant 2 mn.

Ajoutez les figues au bout de 2 mn.

Ajoutez les courgettes net les tomates laissez dorer 2 mn.

Réservez tous les légumes et les oignons.

Reversez 2 cuillères à soupe d'huile d'olive et faites dorer le poulet sur toutes ses faces.

Versez le vin blanc, l'eau et le cube de bouillon de bœuf émietté.

Salez, poivrez

### **Cuisson rapide ou sous pression**

Programmez 15 mn pour 500 mg de poulet. Pour mon poulet 1,5 kg soit 3 X 15 mn = 45 mn

5 mn avant la fin de la cuisson arrêtez votre cookeo et rajoutez les tomates, courgettes, oignons et les figues et reprogrammez 5 mn en cuisson rapide ou sous pression

Quand la cuisson est terminée servez chaud .

Widgets Amazon.fr

Widgets Amazon.fr

---

# Poulet entier paprika recette cookeo



# Poulet entier paprika recette cookeo

## Ingrédients pour 4 personnes

1 poulet

Paprika

Sel

Poivre

150 ml d'eau

50 ml de vin blanc

Persil frais ou déshydraté

## Préparation

Déposez le poulet dans la cuve et versez un bouillon composé de 150 ml d'eau ,d'un cube de bouillon de volaille, et de 50 ml de vin blanc.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Saupoudrez de paprika

## Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 30 mn (15 m pour 500 g de poulet) pour ma part c'est un poulet de 1 kg.

Quand la cuisson est terminée déposez le poulet dans un plat qui va au four et faites grillez pendant 10 à 15 mn .

Vous pouvez consommer chaud ou laissez refroidir à l'air libre puis au frigo pour consommer froid .

Widgets Amazon.fr

Widgets Amazon.fr

---

# **Poulet entier tomates champignons cookeo**



# Poulet entier tomates champignons cookeo

## Ingrédients pour 4 personnes

1 poulet

1 petite boîte de tomates pelées

200 g de champignons de Paris congelés

200 g d'oignons congelés

Thym

Huile d'olive

200 ml d'eau

100 ml de vin blanc

1 cube de bouillon de bœuf

Sel

Poivre

## Préparation

### Mode dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve et faites dorer le poulet et les oignons quand l'huile est chaude.

Ajoutez les champignons au bout de 2 mn.

Ajoutez les tomates pelées.

Salez, poivrez, saupoudrez de thym.

Versez le bouillon composé de 200 ml d'eau ,100 ml de vin blanc, d'un cube de bouillon de bœuf émietté.

**Cuisson rapide ou sous pression**

Programmez 45 mn

Servez chaud .

---

# **Poulet entier moutarde recette cookeo**





# Poulet entier moutarde recette cookeo

## Ingrédients

1 poulet

300 g de champignons de Paris

100 g d'oignons congelés ou un oignon

2 cuillères à soupe de moutarde

2 cuillères à soupe de crème fraîche

100 ml de vin blanc

200 ml d'eau

1 cube de bouillon de volailles

Huile d'olive

Sel

Poivre

## Préparation

### Mode dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve et faites revenir les oignons et le poulet sur toutes ses faces .

Ajoutez les champignons

Versez le bouillon composé d'eau , de vin blanc et du cube de bouillon de volailles.

Salez et poivrez selon votre convenance.

### Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 15 mn pour 500 g .Pour mon poulet de 1 , 3 kg je vais programmer 37 mn

---

# Poulet entier herbes de Provence cookeo



# Poulet entier herbes de Provence cookeo

## Ingrédients

1 poulet

1 cube de bouillon de bœuf

1 cuillère à soupe de farine

1 sachet de papillotes Herbes de Provence

100 ml de vin blanc

200 ml d'eau

Huile d'olive

Sel

Poivre

### **Préparation**

#### **Mode dorer**

Faites revenir le poulet dans la cuve avec de l'huile d'olive (sur toutes ses faces).

Salez poivrez selon votre convenance.

Préparez un bouillon avec 100 ml de vin blanc, 200 ml d'eau , 1 cube de bouillon de bœuf émiétté et le contenu du sachet d e papillotes d'herbes de Provence.

Versez ce bouillon dans la cuve

#### **Cuisson rapide ou sous pression**

Programmez 30 mn

Quand la cuisson est terminée repassez en mode dorer , réservez votre poulet , ajoutez une cuillère à soupe de farine pour épaissir la sauce . Quand la sauce a épaissi redéposez votre poulet dans la cuve .

Servez chaud