

**Livres recettes cookeo 70
nouvelles recettes**



70 RECETTES COOKEO

Livres recettes cookeo 70 nouvelles recettes

Voici un livre trouvé sur internet (Site Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur). Environ 70 recettes cookeo inédites issues des

**clés USB 'recettes cookeo tradition
,asie etc...)**

Pour télécharger cliquez sur l'image

**50 recettes cookeo weight
watchers le PDF gratuit**

50 RECETTES COOKEO



weightwatchers

10 nouvelles recettes

Bonjour
tout le monde le PDF des 40 recettes cookeo weight watchers s'enrichit
de 10 nouvelles recettes pour devenir donc 50 recettes cookeo weight
watchers .

Je vous laisse les découvrir en **CLIQUEZ ICI OU SUR L'IMAGE**

125 recettes cookeo de Cookeo

recettes



125 recettes cookeo

Voici un récapitulatif des recettes cookeo publiées sur mes blogs et sur ma page facebook cookeorecettes :

Des recettes que j'ai réalisées et testées.

Il suffit de cliquer sur le titre de la recette pour atteindre la page de la recette .Bonne navigation .

AGNEAU

Temps de cuisson de l'agneau au cookeo

BOEUF

Boeuf carottes maison

Boeuf à la moutarde

Boeuf façon carbonnade flamande

Boeuf Bourguignon revisité

Boeuf moutarde

Boulettes de boeuf et coquillettes aux poivrons |

Coquillettes aux boulettes de boeuf

Roti de boeuf à la moutarde

Steaks hachés au Roquefort

Temps de cuisson du boeuf au cookeo

LEGUMES

Aubergines à la tomate

Carottes aux oignons

Courgettes bolognaise

Crème de brocolis

|Choux fleur crème Dubarry

Fusillis Roquefort

Crème de carottes

Lentilles vertes du Berry

Pâtes à la crème basilic

Petits pois aux oignons

Riz avec programmation

Saute de champignons à la tomate à la poêle ou au cookeo

Temps de cuisson des haricots verts

Temps de cuisson des lentilles

Temps de cuisson des asperges

Temps de cuisson des légumes au cookeo

Temps de cuisson des endives au cookeo

VOLAILLES

Coquillettes Boursin au poulet weight watchers

Coquillettes au poulet express

Cuisse de dinde à la moutarde

Cuisses de poulet aux champignons

Colombo de sauté de porc

Couscous poulet merguez

Dinde à la crème fraîche

Emincés de poulet à la tomate style weight watchers |

Escalopes à la tomate

Escalopes de poulet basquaise

One pot pasta poulet paprika

Poulet au citron weight watchers

Paëlla allégée weight watchers

Poulet au soja le PDF

Poulet paprika et pommes de terre

Émincé de dinde à la moutarde à l'ancienne

Escalopes de poulet basquaise

Poulet au coca

PORC

Andouillettes au vin blanc

Blanquette de porc

Carottes carbonara

Coquillettes sauce poireaux Weight Watchers

Duo fleurettes aux dés de jambon

Filet mignon au boursin weight watchers

Longe de porc et pommes de terre

Mincerettes de porc à la tomate

Rôti de porc à la moutarde

Paupiettes de porc à la tomate

Tomates farcies

Tomates farcies

Coquillettes à la vache qui rit |

Longe de porc au curry |

Potée express au cookéo

Porc curry

Sauté de porc curry au cookeo

Tagliatelles carbonara

Tomates farcies

Longe de porc à la tomate

Longe façon bourguignon

Risotto jambon weight watchers

Risotto porc au curry |

Roti de porc au cidre

Rouelle porc moutarde

Sauté de porc tomate

Sauté de porc marengo

Recette weight watchers au cookeo : spaghettis aux asperges 9 PP |

SAUCISSES/MERGUEZ

Couscous VERSION 2

Saucisses lentilles

VEAU

Recette blanquette de veau Facile

Blanquette de veau

Rôti de veau au vin rouge

Temps de cuisson du veau

DESSERTS

Brioche perdue en pudding

Crème vanille légère

Gâteau chocolat Banania

Riz au lait au chocolat

Glace au Nutella à découvrir |

Crème chocolat

Riz au lait vanille

Riz au lait au chocolat

Compote pomme framboise

Compote pommes ananas

Crème au chocolat légère

confiture de pommes

confiture de fraises

Compote pommes poires

Compote pommes ananas

ROGNONS

Rognons au vin rouge

Rognons à la tomate

SOUPES

Minestrone aux lentilles |

Riz au chorizo

POISSONS

Crevettes au riz

Curry de limande

Encornets à la tomate

Filets saumon aux poireaux

Filets saumon aux poireaux

Maquereau miso

Maquereaux à la moutarde

Moules marinières

Moules au poireaux

Moules à la tomate

Risotto de colin à la crème fraîche |

Risotto de la mer

Steaks de thon à la tomate

Saumon moules à la crème fraîche

Temps de cuisson des crevettes et des gambas

Thon à la tomate

SAUCES

Béchamel –

Sauce Roquefort

PLATS COMPLETS

Marmite espagnole wwatchers:

Temps de cuisson des
artichauts au cookeo



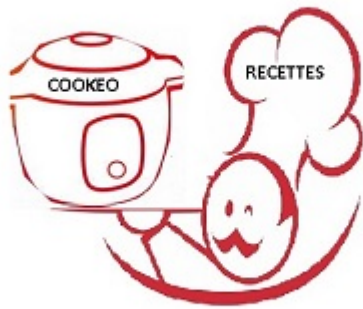
Temps de cuisson des artichauts au cookeo

ARTICHAUTS

Nombre d'artichauts	temps et modalités de cuisson
1	200 ml d'eau avec le panier pendant 35 mn
2	200 ml d'eau avec le panier pendant 35 mn
3	200 ml d'eau avec le panier pendant 35 mn
4	200 ml d'eau avec le panier pendant 35 mn
5	SANS LE PANIER RECOUVRIR D'EAU pendant 35 mn



*Recettes***Cookeo.** *net*



1000 RECETTES COOKEO

Temps de cuisson des asperges au cookeo



Vous trouverez ici les temps de cuisson des asperges au cookeo.

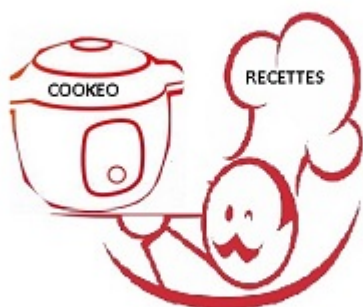
PETITES ASPERGES

Nombre d'asperges	temps de cuisson
1	200 ml d'eau avec le panier pendant 3 mn
2	200 ml d'eau avec le panier pendant 3 mn
3	200 ml d'eau avec le panier pendant 3 mn
4	200 ml d'eau avec le panier pendant 3 mn
5	200 ml d'eau avec le panier pendant 3 mn
6	200 ml d'eau avec le panier pendant 3 mn
7	200 ml d'eau avec le panier pendant 3 mn
8	200 ml d'eau avec le panier pendant 3 mn
9	200 ml d'eau avec le panier pendant 3 mn
10	200 ml d'eau avec le panier pendant 3 mn

11	200 ml d'eau avec le panier pendant 3 mn
12	200 ml d'eau avec le panier pendant 3 mn
13	200 ml d'eau avec le panier pendant 3 mn
14	200 ml d'eau avec le panier pendant 3 mn
15	200 ml d'eau avec le panier pendant 3 mn

GRANDES ASPERGES

Nombre d'asperges	temps de cuisson
1	200 ml d'eau avec le panier pendant 5 mn
2	200 ml d'eau avec le panier pendant 5 mn
3	200 ml d'eau avec le panier pendant 5 mn
4	200 ml d'eau avec le panier pendant 5 mn
5	200 ml d'eau avec le panier pendant 5 mn
6	200 ml d'eau avec le panier pendant 5 mn
7	200 ml d'eau avec le panier pendant 5 mn
8	200 ml d'eau avec le panier pendant 5 mn



1000 RECETTES COOKEO



*Recettes***Cookeo**.net

10 recettes cookeo pennes et pâtes vol 2



10 recettes cookeo pennes et pâtes

Pâtes au chorizo

Pâtes au chorizo

la popotte de marmotte



Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 1 paquet de coquillettes de 250 g (ou pâtes de votre choix.)
- 400 g de sauce tomate
- 500 ml d'eau
- 1 oignon
- 1/2 chorizo
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 filet de vinaigre de Xérès.

- 1.Émincer l'oignon et couper le chorizo en rondelles.
- 2.Mettre deux c. à soupe d'huile dans la cuve du Cookeo.
- 3.Sélectionner le programme "dorer" et faire blondir l'oignon. Ajouter le chorizo et le faire revenir pendant environ 2 min. Déglacer avec le vinaigre. Arrêter de dorer.
- 4.Ajouter la sauce tomate, l'eau et sélectionner le programme "fonction rapide" pour 8 min de cuisson pour des pâtes fondantes.

<https://www.facebook.com/Cookeo.recettes>

Pâtes serpentini à l'italienne

Pâtes Serpentini à l'italienne

Stéphanie Zamprogna



Ingrédients :

pour 4 personnes:

- 350g de pâtes serpentini,
- 6 tranches de jambon de pays,
- 3 gousses d'ail,
- 200g de tomates séchées,
- 250g de tomates cerises,
- 1/2 bouquet de basilic,
- 100g de copeaux de parmesan,
- huile d'olive.

Faire cuire les pâtes en mode "ingrédients", "riz blanc" et suivre les instructions. les égoutter.

Passer en mode "dorer" et faire revenir le jambon et l'ail dans un peu d'huile d'olive. ajoutez les tomates séchées (tout ça environ 2 mn).

Passer en mode "cuisson rapide" et ajouter les tomates cerises. laisser cuire 3 mn. rajouter les pâtes, le parmesan et le basilic et bien mélanger! c'est prêt!

Pâtes grecques merguez

cookeo

Pâtes grecques/merguez/légumes

Pour 3 pers.

- 5-6 Merguez
- 200 gr de pâtes grecques
- 6 petites carottes/2 courgettes
- 2 oignons/ail
- 500 ml de bouillon de légumes (un cube dissous dans l'eau)
- sel, paprika, poivre, cayenne

Mode dorer, cuire les merguez coupées en morceaux + ail + oignons pendant 2-3 mins.
En mode cuisson rapide : Ajouter carottes, courgettes, 500 ml bouillon légumes et pâtes 7 mins.

<https://www.facebook.com/groups/305294616240741/>

cookeo

Pâtes poulet vache qui rit

cookeo

Pattes Poulet Vache qui rit

Pour 2 pers.

- 300 g de filets de poulet
- 5 cl de crème fraîche
- 6 Vaches qui rit
- 200gr de Pattes
- 350 ml d'eau avec bouillon pâtes maggi
- Sel et poivre

Faire dorer les filets de poulet, pendant que cela dore, mélanger vache qui rit et crème

Ajouter pattes, eau et bouillon.

Mettre le mélange, remuer, saler, poivrer.

Cuisson rapide 3 minutes.

<https://www.facebook.com/groups/305294616240741/>

cookeo

Pâtes à l'espagnole

cookeo

pattes à l'Espagnole

- 2 blancs de poulet
- 250g de lardons
- la moitié d'un chorizo
- 1 oignon/ 2 courgettes
- 1 poivron/8 tomates grappe
- 1 sachet d'épice espagnole
- 500 ml d'eau
- 500 g de pattes

Faire dorer le poulet en morceaux, les lardons, le chorizo, l'oignon.

Ajouter les courgettes et les tomates coupées, cuisson rapide 5 minutes.

A la fin, mettre les pattes, l'eau, sel, poivre.

Cuisson rapide 4 minutes.

<https://www.facebook.com/groups/305294616240741/>

cookeo

Pâtes aux boulettes



Pâtes aux boulettes

proposé par Nathalie Remond



Ingrédients

pour 4 personnes :

- 400 g de coquillettes
- 480 g de mini boulette apéro
- 200 ml de sauce tomate
- 850 ml d'eau
- sel et poivre

Mettre tous dans le cookéo sauf les boulettes

· bien mélanger

· faire cuire sous la recette tortellini au jambon (2 minutes de cuisson)

à la fin de la cuisson, ajouter les boulettes qui ont été cuites à l'avance au micro onde

© <https://www.facebook.com/Cookeo.recettes>

Pâtes aux boulettes 2

cookeo

Pâtes aux boulettes

Doria Ruggiero

Pour 4 personnes:

1 oignon

500g de pâtes

450g de boulettes

1 gros pot de coulis de tomate

eau

Sel, poivre

herbes de provences

En mode dorer, faire revenir l'oignon coupé en morceaux et les boulettes avec un peu d'huile.

Mettre les pâtes , remuer.

Ajouter le coulis, les assaisonnement et de l'eau pour couvrir la préparation

Passer en cuisson rapide pendant 7 minutes environ.

Les boulettes peuvent être réalisées avec de la viande hachée, de l'oignon en poudre, du persil, du paprika et du cumin.

<https://www.facebook.com/groups/305294616240741/>

cookeo

PENNES

Pennes poulet au gorgonzola

Pennes poulet au gorgonzola

cookeo

Penne au poulet sauce au Gorgonzola

Sarah Ouhibi

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 4 cuisses de poulets
- 1 barquette de champignons ,
- 1 échalotte
- 1 oignons
- 200g de gorgonzola,
- 1 cuillère de boursin (aromatisé au raifort)
-
- un grand verre d eau avec fond de veau
- 1 briquette de crème,

Faire dorer les cuisses de poulets et réserver

Emincer les champignon, l' échalotte et l'oignon et faire dorer le tout

Une fois doré, ajouter le gorgonzola et le boursin , faire fondre le tout ,ajouter un grand verre d eau avec le fond de veau et la crème, mélanger.

Mettre les cuisses de poulet et cuisson rapide 10mn

<https://www.facebook.com/groups/305294616240741/>

cookeo

Pennes rigate carbonara

cookeo

Penne rigate carbonara allégée tagliatelles carottes, courgettes

Didine nini

Ingrédients :

- des pâtes
- des lardons
- 1 oignon.
- un bouillon de cube de volaille
- un peu de parmesan
- 1 petit pot de crème fraîche a 4%.
- quelques carottes et courgettes.

Faire dorer des lardons avec une oignon.

Puis ajouter les pâtes recouvrir d eau

Ajouter un bouillon de cube de volaille

Ajouter un peu de parmesan et petit pot de crème fraîche a 4%.

Râper avec un économe quelques carottes et courgettes.

Les déposer dans le panier vapeur.

Et mettre en cuisson rapide 3 minutes.

A la fin de la cuisson ajouter un petit pot de crème à 4%

<https://www.facebook.com/groups/305294616240741/>

cookeo

Pennes crème fraîche et lardons

cookeo

Penne crème fraîche et lardons

Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 500gr de penne
- 750ml d'eau
- sel
- 40cl de crème fraîche liquide
- 300gr de jambon fumé ou des lardons
- épice: pasta basilico

- Mettre les pâtes dans la cuve avec l'eau et du sel. Cuisson rapide 4 mn
- Puis ajouter le jambon et la crème fraîche avec les épices.
- Prolonger la cuisson 1mn

<https://www.facebook.com/groups/305294616240741/>

cookeo

Pennes 4 fromages

cookeo

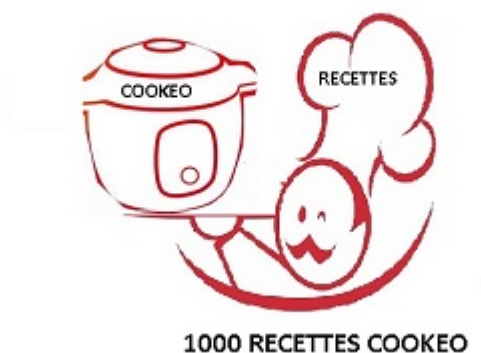
Pennes 4 fromages/ bacon

- 250g de pâtes.
- 100g de fromage de chèvre frais
- 75 g de roquefort
- 100g de gruyère râpé
- 1 boule de mozzarella
- 20cl crème semi épaisse ou épaisse
- 100 g d'allumettes de bacon ou lardons
- 500 ml d'eau.
- 1 cube bouillon bœuf ou légumes.

Cuire les pâtes dans le bouillon cuisson rapide 7 mins (moitié du temps indique sur votre paquet). Après cuisson ajouter fromages, crème fraîche, bacon ou lardons. Mélanger. Cuisson rapide 3 minutes.

<https://www.facebook.com/groups/305294616240741/>

cookeo



Ces fiches appartiennent à leurs auteurs en cas de réclamation la
fiche sera immédiatement retirée sur simple demande

19 recettes cookeo lapin en fiches



19 recettes

cookeo lapin

Lapin causette



Lapin à la "Causette"

Causette Lah



Ingédients :

Pour 2 personnes

- 2 cuisses de lapin
- un oignon
- 100 ml de fond de veau
- 1/2 briquette de crème fraîche
- 1 ou 2 càs de moutarde

Sel poivre

En mode manuel dorer :
Faire dorer le lapin et les oignons pendant environ 7/8 mn

Choisir recette lapin aux olives .
Suivre les instructions .
Vérifier la cuisson du lapin s'il n'est pas assez cuit prolonger la cuisson en mode manuel.

Lapin entrelardé



Ingrédients :

Pour 4 personnes

1 lapin entier découpé en morceaux,
Fines tranches de poitrine fumée,
Lardons,
Oignon,
Champignons,
Pruneaux,
Pommes de terre,
Carottes,
Champignons,
40 cl de vin blanc,
50 cl de fond de veau,
Huile d'olive,
Paprika,
Persil,
Sel, Poivre.

Envelopper les morceaux de lapin de tranches de poitrine fumée et maintenir avec un cure dent.
En mode dorer, les faire revenir dans l'huile d'olive. Réserver.

Faire revenir les champignons, les lardons et l'oignon émincé.

Remettre les morceaux de lapin.

Saupoudrer les de farine, bien mélanger.

Ajouter le vin blanc, les PDT coupées en morceaux pas trop gros, les carottes coupées en rondelles, les pruneaux et les épices.

Ajouter de l'eau si besoin, de façon à recouvrir le tout (Attention toutefois à ne pas dépasser le niveau MAXI).

Mode cuisson rapide 7 minutes !!!

© <https://www.facebook.com/Cookeo.recettes>

Lapin landais

cookeo

Lapin landais

Sandrine Pellot

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- un lapin découpé
- 4 pommes de terre coupées en 4
- 4 carottes coupées en rondelles
- 1 oignon émincé finement
- 1 barquette de lardons fumés
- un petit bocal d'olives vertes dénoyautées
- 2 cuillères à soupe d'épices landais *
- sel
- huile d'olive
- 2 cuillères à soupe rases de Maïzena diluées dans un peu d'eau froide
- 250 ml d'eau

* (pour ma part, "régali du Sud-ouest" de chez <http://www.maison-philippot-epices.com>.../régali-du-sud... Mais vous pouvez le faire vous même en mélangeant ensemble dans un bol de l'ail frais ou déshydraté, du gingembre en poudre, du curcuma, du poivre et un peu de moutarde)

En mode dorer, faire suer dans un peu d'huile d'olive l'oignon avec les lardons en remuant régulièrement. Ajouter ensuite les morceaux de lapin et les faire colorer sur toutes leurs faces. Mettre les carottes et les pommes de terre, bien remuer.

Mélanger dans les 250 ml d'eau les épices landais ou votre mélange maison. Verser dans la cuve ainsi que les olives (sans leur eau !). Bien remuer et passer en cuisson rapide 15 minutes.

Arrêter la cuisson, verser la maïzena, mélanger et fermer le couvercle.

<https://www.facebook.com/groups/305294616240741>

cookeo

Lapin cidre raisin basilic

cookeo

Lapin cidre raisin de corinthe basilic

[Magalie Lahave](#)

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- beurre
- une échalote
- des morceaux de lapin
- Saler poivrer
- 200 ml de cidre
- feuilles de basilic
- 4 cas de maïzena sauceline

En mode dorer avec du beurre et une échalote émincée faire revenir les morceaux de lapin

Saler poivrer

Ajouter 200 ml de cidre

Cuisson mode rapide 10 mn

En fin de cuisson ajouter lez feuilles de basilic et la maïzena sauceline

Mode réchauffer.

<https://www.facebook.com/groups/305294616240741/>

cookeo

Lapin marengo

Lapin marengo

Moulinex
cookeo

Lapin marengo

Griki Gmel



Ingédients :

pour 4 personnes

4 râbles de lapin,
3 échalotes,
2 cs de farine rases,
25 cl de vin blanc
1/2 verre d'eau
1 petite boîte de concentré de tomates,
champignons,
pommes de terre,
huile d'olive,
sel, poivre,
persil.

En mode dorer, faire revenir les échalotes hachées et le lapin dans l'huile.

Ajouter la farine et bien mélanger. Mettre le vin et l'eau, sel, poivre, persil, concentré de tomates.

Ajouter les champignons et pommes de terre coupées en 2 ou 3 suivant la grosseur.

Mélanger et faire cuire en cuisson rapide 10 mns

Lapin à la moutarde

Cookeo

Lapin à la moutarde

Jean-Philippe Rousseau



Moulinex

Ingédients pour 5 personnes

1 kg de lapin
200 g d'oignons congelés
200 g de champignons de Paris congelés
1 verre de vin blanc
4 cuillères à soupe de moutarde
Farine
Huile d'olive
Sel
Poivre
1 cube de bouillon de bœuf

mode dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve ,faites dorer les oignons puis les morceaux de viande
Ajoutez les champignons de Paris. Verser de l'eau avec le bouillon de bœuf émietté
Verser le verre de vin blanc.

Passer en mode **cuisson rapide** et programmer 20 minutes

Réservez les morceaux de viande ,**repassez en mode dorer.**

Versez de la farine dans la cuve et mélangez. Quand la sauce a épaissi replongez les morceaux de lapin dans la cuve . Laissez mijoter 5 mn .

Lapin à la moutarde

Lapin à la moutarde

cookeo

Lapin à la moutarde et ses légumes

Delphine Guézénec Ratti

Ingédients

Pour 4 à 5 personnes :

- 4 dos de lapin coupés en 2 (8 morceaux 4 râbles et 4 dessus de cuisses).
- sel / poivre / Cube or.
- Crème liquide
- 200ml
- Moutarde 2 grosses càs
- Légumes au choix (2 courgettes, 1 poivrons, 2 patates douces, 5 carottes, 1 oignons, 3 ou 4 échalotes).

Faire dorer les dos de lapin 4 min. Ajouter la crème et la moutarde. Sel/poivre/cube or/épices au choix (herbes de Provence ou épices relevées selon le goût recherché). Mélanger pour répartir la moutarde sur tous les morceaux. Ajouter quelques rondelles de carotte, oignon, échalotes. Poser le panier vapeur sur les dos et y placer les légumes en morceaux salés et poivrés. Cuisson rapide 15 min

Lapin aux olives



Lapin aux olives

proposée par cuisinesab



Ingédients

recette programmée

recette pour 4 personnes :

- 4 cuisses de lapin
- 70g d'olives
- 70ml de jus de tomates
- 150ml de fond de veau
- 150g d'oignons

faire revenir le lapin et les oignons pendant 8 minutes

saler, poivrer

ajouter tous le reste des aliments

mélanger

fermer le cookéo

la cuisson dure 7 minutes

dégustez

Lapin Riesling et girolles

Moulinex
cookeo

Lapin au Riesling & aux girolles

Corinne Croisille



Ingrédients :

Pour 4 personnes :

1 lapin
2 bottes d'oignons nouveaux
500g de girolles
150g de poitrine fumée
30cl de Riesling
20cl de crème liquide
3 cuillères à soupe d'huile
sel

Pour la marinade :
50 cl de vin blanc
1 branche de thym
1/2 c. à café de poivre noir
en grains

Mettez les morceaux de lapin dans un plat creux. Arrosez-les de vin blanc, parsemez de thym, ajoutez le poivre en grain concassé et laissez mariner deux heures.

Pendant ce temps, épluchez les oignons, coupez la poitrine fumée en lardons et nettoyez les girolles dans un linge propre sans les passer sous l'eau. Mettre le cookeo en manuel et dorer. Faites chauffer l'huile.

Mettez-y les morceaux de lapin à dorer avec les lardons.

Mouillez avec le vin blanc, ajoutez les oignons, salez.

Mettre en mode cuisson rapide 30 minutes.

Ajoutez les girolles et la crème.

Mélangez et prolongez la cuisson pendant 15 minutes.

Lapin gibelotte

cookeo

Lapin à la gibelotte

Candicelukasevan Nouvel

Ingrédients

- 1 lapin entier
- 25 cl de vin blanc
- 1cs de farine ou maizena
- 1 oignons
- Poitrine de lard coupe en des ou a défaut 1 pqt de lardons
- Champignon
- Sel et poivre

Mettre en mode dorage le lapin et l'oignon coupé en 4 y rajouter les lardons Arrêter de dorer

Y verser le vin blanc et la farine mélanger

Mettre en mode cuisson rapide pendant 12 min et rajouter les champignons car si on les met en début ils seront trop cuits

Lapin à la bière

cookeo

lapin bière/pain d'épices

Pour 3 pers.

- 3 pièces de lapin
- 300ml de bière brune
- 20cl de creme liquide
- 100g de pruneaux dénoyautés
- 25g raisins secs
- 100g lardons
- 1 oignon, 2 feuilles de laurier
- 6 tranches de pain d'épices émietté
- huile d'olive, sel/poivre

Faire dorer avec l'huile le lapin sur toutes ses faces. Puis le retirer de la cuve, faire dorer les lardons et les oignons.

Rajouter le lapin et tous les autres ingrédients . Passez en cuisson rapide 10 minutes.

<https://www.facebook.com/groups/305294616240741/>

cookeo

Lapin gibelote

cookeo

Lapin en gibelote

- Morceaux de lapin
- oignon
- champignons
- 2 à 3 càs de farine
- 25 cl de vin blanc
- thym/laurier/persil

Faire revenir des morceaux de lapin, un oignon et des champignons.Mettre 2 à 3 c à s de farine, quand la farine est absorbée 25 cl de vin blanc+ thym, laurier et persil ...mettre en cuisson rapide 15 mins.

<https://www.facebook.com/groups/305294616240741/>

cookeo

Lapin pommes de terre abricots secs

cookeo

Lapin pommes de terre & Abricot sec

Amandine Godier

Ingédients :

Pour 2 personnes :

- 4 pommes de terre en cubes
- 2 râbles de lapin
- champignons de paris
- 150g d'abricots secs
- 1 oignon
- 10 cl de vin blanc
- 250 ml de fond de rôtis

Mettre l'oignon, le lapin, et les pommes de terre en mode DORER 10 min.
Ajouter ensuite le vin blanc, laisser encore 2 min en mode DORER.
Verser le fond de veau et mettre en cuisson rapide 8 min.
Ouvrir et mettre les abricots secs.
Remettre en cuisson rapide 3 min.

<https://www.facebook.com/groups/305294616240741>

cookeo

Lapin chasseur



Lapin chasseur

proposée par Carole Komarski



Ingrédients

pour 6 personnes:

6 cuisses de lapin,
une grosse cuillère à soupe de moutarde,
200 ml de crème liquide
200 ml de fond de veau,
10g d'ail, 200 g d'oignon émincé,
150 g de champignon
6 carottes en morceaux.

En mode manuel > dorer

Faire revenir les oignons l'ail et le lapin pendant 8 minutes puis ajouter le reste des ingrédients

et cuire en utilisant l'intitulé de la recette pré enregistrée du lapin aux olives.

Avec des tagliatelles fraîches c'est un délice!

© <https://www.facebook.com/Cookeo.recettes>

Lapin au vinaigre miel et pruneaux

cookeo

Lapin au Vinaigre de Miel et Pruneaux

Christine Gilet

Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 2 râbles de lapin coupés en 2
- 2 échalottes hachées
- 4 c à S de vinaigre de miel
- sel, poivre
- Thym, Laurier
- qq pruneaux
- pommes de terre coupées en 4

Faire dorer le lapin et les échalottes dans un peu d'huile d'olives
Ajouter tous les ingrédients
+ 1 verre d'eau

Cuisson rapide 15 min

<https://www.facebook.com/groups/305294616240741/>

cookeo

Lapin au Boursin

cookeo

lapin au boursin/ail et fines herbes

- un lapin
- 1 gros oignon, 2 gousses d'ail
- 1/2 verre de vin rouge
- 1 pot de boursin cuisine
- 1 boîte de champignons
- 2 cas de crème fraîche
- sel, 5 baies

Faire revenir l'ail, l'oignon et le lapin coupé en morceaux. Déglacer avec le vin rouge, laisser réduire.

Ajouter les autres ingrédients, cuisson rapide 15 mns.

Une fois fini, remuer, et remettre en cuisson rapide 10 à 15 mns.

<https://www.facebook.com/groups/305294616240741/>

cookeo

Lapin aux poivrons

Lapin aux poivrons

Karine Lauriane Timéo



Ingrédients :

1 lapin
1 poivron rouge et 1 vert
1 oignon
lardon
20cl vin blanc
4 petite tomates
4 ail en robe

En mode dorer faire rotir le lapin sur chaque face puis le retirer.
faire rotir oignon ensuite les lardons puis ajouter les poivrons et les tomates + 1 ail pdt quelques minutes.
ajouter le vin blanc
ajouter le lapin

cuisson recette programmée :
lapin aux olives

© <https://www.facebook.com/Cookeo.recettes>

Lapin aux pruneaux



Lapin aux pruneaux

proposée par Ludivine Trotin



Ingrédients

1 lapin,
des lardons,
1oignon,
quelques champignons,
vin blanc,
250 ml de fond de veau
et des pruneaux.

Faire dorer le lapin avec les lardons et les oignons pendant 10 min, puis une fois le lapin doré a souhait mettre les champignons, 250 ml de fond de veau, un peu de vin blanc, sel, poivre, fermer le couvercle en cuisson rapide pendant 7 min puis rajouter les pruneaux pour 3min supplémentaires en cuisson rapide

© <https://www.facebook.com/Cookeo.recettes>

Lapin tomates basilic

cookeo

Lapin aux tomates basilic

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">- 1 lapin fermier coupé en morceaux-12 petites tomates-1 verre de vin blanc sec-1 bouquet de basilic-1 brin de romarin-2 échalotes-huile d'olive-sel, poivre | <p>Faire dorer échalottes et basilic dans huile d'olive, puis le lapin de tout côté, verser le vin blanc, puis mettre les tomates coupées en 4. Saler, poivrer, verser 500ml de bouillon de légumes, ajouter basilic et romarin, 15 mins de cuisson rapide.</p> |
|---|---|

<https://www.facebook.com/groups/305294616240741/>

cookeo

Recette cookeo crépinettes au paprika



Recette cookeo crépinettes au paprika

Ingrédients pour 4 personnes

4 crépinettes

100 g d'oignons congelés

1 petit verre de rosé ou de vin blanc

1 petite boîte de tomates entières pelées

Huile d'olive

Sel

Poivre

Paprika

200 ml d'eau

1 cube de bouillon de bœuf

Préparation

Mode dorer

Faites dorer les crépinettes avec un peu d'huile et la boîte de tomates entières pelées.

Versez 200 l d'eau et le cube de bouillon de bœuf. Saupoudrez de paprika.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 15 mn

Servez chaud

Confiture de pommes une recette cookeo

Confiture de pommes



Ingrédients pour 4 ou 5 pots

1 kg de pommes coupées

700 g de sucre pour confiture



Préparation

Mode dorer

Mettez les pommes coupées dans la cuve. Ajoutez le sucre et mélangez.

Quand le mélange arrive à ébullition laissez en position dorer pendant 5 mn.

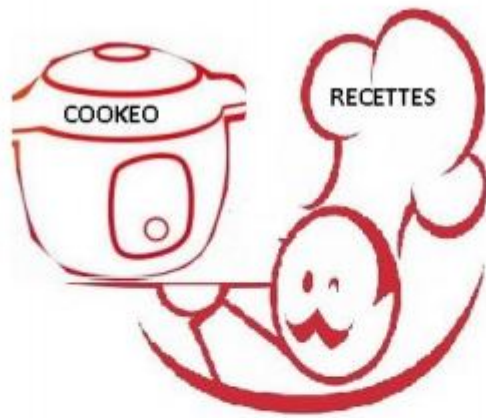
Arrêtez votre cookeo et mixer la préparation.

Versez la préparation dans des pots de confiture, fermez avec les couvercles et retournez les pots

<https://www.facebook.com/groups/cookeorecettes>
<http://sport-et-regime.com/category/cookeo/>

Confiture de pommes une recette cookeo. Vous pouvez imprimer ou créer un PDF de cette fiche en cliquant sur l'un des 2 onglets en haut à droite de l'article.





1000 RECETTES COOKEO

**Recettes cookeo récapitulatif
juin (sport et vie pratique)**



Recettes cookeo récapitulatif juin (sport et vie pratique et cookeo recettes)

Un petit diaporama récapitulatif des recettes cookeo publiées sur sport et vie pratique et la page Facebook cookeorecettes.

Confiture de fraises une recette cookeo

Confiture de fraises



Ingédients pour 4 ou 5 pots

1 kg de fraises

1 kg de sucre spécial confiture

Préparation

Mode dorer

Déposez les fraises coupées en morceaux.

Versez le sucre sur les morceaux de fraises.

Mélangez les ingrédients.

Mélangez de temps jusqu'à ébullition.

Quand l'ébullition est atteinte continuez en mode dorer pendant 5 mn .Mélangez pendant la cuisson

Arrêtez la fonction dorer au bout des 5mn .Mixez les ingrédients.

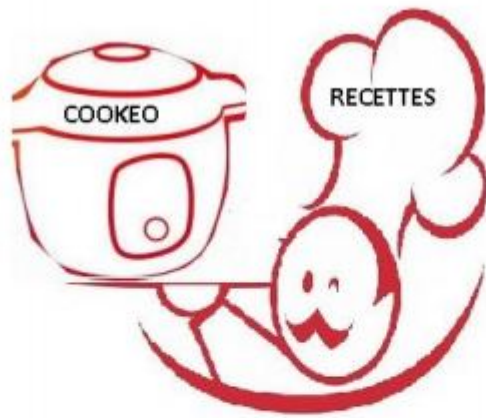
Versez dans des pots à confiture que vous allez retourner une fois le couvercle serré et fermé |



Confiture de fraises une recette cookeo. Vous pouvez imprimez ou créer un PDF de cette fiche en cliquant sur l'un des 2 onglets en haut à droite de l'article.



[tps://www.facebook.com/groups/cookeorecettes](https://www.facebook.com/groups/cookeorecettes)
[tp://sport-et-regime.com/category/cookeo/](http://sport-et-regime.com/category/cookeo/)



1000 RECETTES COOKEO

**Recette cookeo pilons de
poulet au riz weight watchers**



Recette cookeo pilons de poulet au riz weight watchers

Ingrédients pour 4 personnes

100 g d'oignons congelés

4 pilons de poulet

200 gr de riz basmati

1 bouillon cube de volaille

200 ml d'eau

100 g de crème fraîche à 0 %

Huile d'olive

Curry

Sel, poivre

Préparation :

Mode dorer

Faites chauffer l'huile pour faire revenir les oignons et les pilons de poulet.

Versez le riz dans la cuve .

Salez et poivrer, saupoudrez de curry .

Versez un bouillon composé de 400 ml d'eau et du cube de bouillon de volaille.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 10 mn de cuisson .

Quand la cuisson est terminée ajoutez la crème fraîche et mélangez .
Servez chaud .



Pilons de poulet au riz



Préparation 5 mn

Cuisson 10 mn

Propoints 6 Calories 267

Ingrédients pour 4 personnes

100 g d'oignons congelés

4 pilons de poulet

200 gr de riz basmati

1 bouillon cube de volaille

200 ml d'eau

100 g de crème fraîche à 0 %

Huile d'olive

Curry

Sel, poivre



Préparation :

Mode dorer

Faites chauffer l'huile pour faire revenir les oignons et les pilons de poulet.

Versez le riz dans la cuve .

Salez et poivrer, saupoudrez de curry .

Versez un bouillon composé de 400 ml d'eau et du cube de bouillon de volaille.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 10 mn de cuisson .

Quand la cuisson est terminée ajoutez la crème fraîche mélangez . Servez chaud .

Recette cookeo lotte aux lardons



Lotte aux lardons



Ingédients pour 4 personnes

400 grammes de lotte dessossée

100 grammes de lardons

4 cuillères à café de fond de volaille

MAGGI une recette cookeo lotte aux lardons de l'application mon cookeo

200 grammes d'oignons tige en rondelle Versez 200 millilitres d'eau ainsi

150 millilitres d'eau

300 grammes de carottes en rondelles

Préparation

Faites dorer les lardons et les oignons

Ajoutez les morceaux de lotte ,les

carottes

Versez 200 millilitres d'eau ainsi

que les 4 cuillères à café de fond de volaille MAGGI

Cuisson sous pression 10 minutes



<http://sport-et-regime.com/category/cookeo/>

<https://www.facebook.com/cookeorecettes/>

Recette cookeo semoule au chocolat



Recette cookeo semoule au chocolat

Ingrédients

100 g de semoule spéciale dessert

1 l de lait

50 g de sucre en poudre

1 sachet de sucre vanillé

40 g de chocolat noir

2 oeufs

Préparation

Mode dorer

Versez le lait dans la cuve et ajoutez les carrés de chocolat pour les faire fondre .

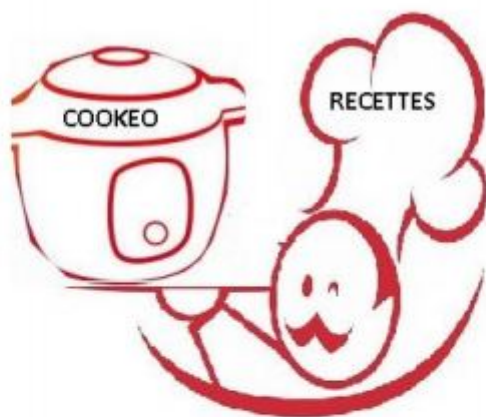
Quand le chocolat est fondu incorporez la semoule .Ajoutez le sucre en poudre et le sucre vanillé.

Portez le mélange à ébullition . Ajoutez les 2 œufs au début de l'ébullition .

Quand le mélange présente une grosse ébullition et qu'il épaissi arrêter le cookeo et versez dans un saladier ou dans des rammequins.

Laissez refroidir à l'air libre puis placez au frigo.

1000 RECETTES COOKEO ICI



1000 RECETTES COOKEO