Salade haricots verts tomates oeufs recette cookeo



Salade haricots verts tomates oeufs recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

500 g de haricots verts frais ou congelés

2 œufs

1 oignon rouge

1 cuillère à soupe de vinaigre

6 cuillères à soupe d’huile d’olive

1 cuillère à soupe de moutarde

8 feuilles de basilic

Sel, poivre

800 ml d’eau

Préparation

Passez au hachoir l’oignon et le basilic.

Préparez dans un bol la vinaigrette avec l’huile ,la moutarde et le vinaigre.

Ajoutez l’oignon et le basilic haché avec la vinaigrette.

Coupez les tomates cerises en 2 .

Équeutez et lavez les haricots verts si vous utilisez des haricots verts frais.

Passez les œufs sous l’eau

Déposez les haricots verts et les œufs dans la cuve.

Versez 800 ml d’eau.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 8 mn

Quand la cuisson est terminée, égouttez le contenu de la cuve, Passez sous l’eau froide les haricots et les œufs .

Ecalez les œufs .

Déposez dans un saladier les haricots verts et les œufs.

Ajoutez les tomates cerises coupées en 2.

Déposez le saladier dans le frigo pendant au moins 2 h.

Sortez le saladier du frigo coupez les œufs en morceaux. Mélangez les haricots verts,les tomates cerises , les œufs

Versez la vinaigrette et mélangez .

Salade haricots verts pommes de terre cookeo



Salade haricots verts pommes de terre cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

800 g de haricots verts frais ou congelés

La moitié d’un oignon rouge

500 g de pommes de terre

2 cuillères à soupe de soja

3 cuillères à soupe d’huile

1 cuillère à soupe de vinaigre

1 cube de bouillon de légumes

200 ml d’eau

Sel

Poivre

Persil

Préparation

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

Préparez une sauce vinaigrette pendant que vous mettez les haricots verts et les pommes de terre à cuire.

Coupez l’oignon rouge en morceaux.

Dans un récipient versez l’huile, le vinaigre, la sauce soja.

Ajoutez dans ce récipients les morceaux d’échalote.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Déposez les haricots verts dans le cookeo.

Versez 200 ml d’eau

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 4 mn

Egouttez les haricots verts et laissez refroidir à l’air libre puis au frigo.

Sortez les haricots verts pour déguster et servez avec la sauce vinaigrette