

Veau provençale recette cookeo



Veau provençale recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

100 d'oignons congelés

1 kg de veau en morceaux

300 g de lanières de poivrons congelées

100 g d'olives dénoyautées

200 ml d'eau

2 Cuillères à café de concentré de tomate

1 petite boîte de tomates pelées

1 cuillère à soupe de moutarde

1 cube de bouillon de boeuf

Huile d'olive

Sel, poivre

Préparation :

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve et faites revenir les morceaux d'oignon et de viande .

Ajoutez ensuite les poivrons .

Ajoutez Les olives.

Versez la boîte de tomates pelées.

Versez 200 ml d'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 18 mn .

Quand la cuisson est terminée ajoutez les 2 cuillères à café de concentré de tomates et la cuillère de moutarde

Servez chaud .

Veau provençal au cookeo par jphil3600