120 RECETTES COOKEO

PRINTEMPS ETE

Artichauts sauce au thon 5

Caviar d'aubergines 6

Cocotte de moules au lard et safran 7

Cerise au sirop 8

Clafoutis aux abricots 9

Clafoutis aux cerises 9

Clémentines menthe pignons 10

CONFITURES 11

Confiture de fraises 11

Confiture de fraises express 11

Confiture de fraise à la menthe 12

Confiture abricots vanille 13

Confiture ananas vanille 14

Confiture de lait 14

Confiture de figues 15

Confiture de mirabelles 16

Confiture de mûres 16

Confiture de pommes 17

COMPOTES 18

Compotes 18

Compote pommes ananas 18

Compote pommes poires....19
Compote de pommes à la canelle....19
Compote pommes ananas....20
Compote pommes banane....20
Compote pommes abricots....21
Compote pommes cerises....21
Compote pommes framboises....22
Compote pommes groseilles....22
Compote pommes nectarine....23
Compote pommes pruneaux....23
Compote pommes raisins....24
Compote pommes rubarbe....24
Compote pommes myrtilles....25
Compote pommes poires....25
Compote pommes pêches....26
Compote pommes mangues....26
Compote pommes kiwis....27
Compote poires banane....28
Compote de pommes bretonne....29
Compote pommes fraises....29
Coulis aux fruits rouges....32
Flan courgette et carotte....32
Flan carottes....33
Flan crabe....33
Flan patates douces....34
Flan thon....34
Flan salé lardons....35
Gambas fraîches aux légumes....35
Gambas à l'armoricaine....36
Gaspacho de concombre....37
Langoustines fraîches....38
Magrets de canard....38
Magret de canard à l'orange....39
Magret de canard au miel....39

Magrets aux asperges et poivre 40
Magrets de canard aux pêches.....41
Magret de canard pommes poires 41
Magrets de canard.....43
Magret de canard cerise porto.....43
Maquereaux moutarde vin blanc 44
Marmite moules riz.....45
Marmite de la mer.....45
Morue tomates fraîches.....47
Morue au beurre 47
Moules au poireaux 48
Moules marinères.....49
Moules marinières.....50
Moules à la tomate.....50
Moules au Boursin 51
Moules au roquefort.....51
Moules au chorizo 52
Moules à la crème et au curry.....52
Noix de Saint Jacques et riz 53
Œufs mimosa.....54
Pains surimi crevettes 55
Pain surimi thon.....55
Pains aux poireaux.....56
Pain aux poivrons.....56
Pain jambon.....57
Pain légumes 57
Pain saumon 58
Pain surimi asperges 58
Pain de thon 59
Pain thon crevettes.....59
Pain de viandes parmesan 60
Paella au poulet et fruits de mer 60
Poêlée d'été 64
Poêlée poulet pommes de terre.....65

Poivrons farcis 66
Poulet basquaise.....67
Pommes de terre à la grecque 68
Quinoa de légumes.....69
Ratatouille merguez.....70
Ratatouille et poulet 70
Ratatouille gourmande 71
Ratatouille express 71
Ratatouille nicoise 72
Ratatouille provençale.....72
Ratatouille 73
Ratatouille maison.....74
Ratatouille à sa façon.....74
Rillettes saumon wasabi 75
Rillettes de maquereaux 76
Salade au lard 77
Salade braisée aux lardons.....77
Salade d'aubergines miel et chèvre.....78
Salade d'aubergines à l'échalote.....78
Salade de boulgour aux herbes 79
Salade de pois chiches 80
Salade d'épautre aux tomates cerises 80
Terrine de courgettes 81
Terrine de saumon.....81
Terrine saumon courgette 82
Terrine Saint Jacques 83
Tian de légumes sur lit de poissons 84
Tomates farcies 84
Tomates farcies aux champignons.....85
Tomates farcies façon Kebab 86
Tomates farcies riz jambon 86
Tomates farcies 87

Artichauts sauce au thon

Cookeo Moulinex

Artichauts sauce au thon

Ingrédients pour 4 personnes

12 fonds d'artichaut congelés
1 boite de thon au naturel
2 œufs
3 cuillères à soupe de crème fraîche
1 cuillère à soupe de moutarde
1 citron
sel
poivre

Préparation

Faites cuire les œufs dans de l'eau pendant 10 mn.
Passez les œufs sous l'eau pour les refroidir et les écaler.
Ouvrez la boîte de thon et égouttez le thon. Emiettez le thon. Placez le thon dans le bol d'un mixeur, ajoutez les œufs et hachez l'ensemble. Ajoutez la cuillère de moutarde, les 3 cuillères de crème fraiche, le jus d'un citron que vous avez pressé, salez et poivrez si nécessaire.
Cuisson rapide
Programmez 10 mn
Egouttez les fonds d'artichauts. Remplissez les cavités des fonds d'artichauts avec la préparation de thon.

Placez au frigo.

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

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

Caviar d'aubergines

Cookeo Moulinex

Caviar d'aubergines

Préparation 5 *mn* ***Cuisson*** 6 mn **Propoints** 1 **Calories 45**

Ingrédients pour 4 personnes.

700 g de cubes d'aubergine pelée
1 citron
1 gousse d'ail pelée, dégermée
6 cl d'huile d'olive
2 càc de cumin en poudre
1 càc de sucre
Sel et poivre
2 càs de feuilles de persil plat

Préparation
Placez les cubes d'aubergine dans le panier vapeur puis dans la cuve, avec 200 ml d'eau.
Cuisson rapide
6 mn
Mixez l'aubergine avec l'ail,l'huile d'olive,le cumin,le sucre,le persil. et le jus du citron
Salez et poivrez.
Placez au frigo au moins 4 h .

Cocotte de moules au lard et safran

Moulinex cookeo

Cocotte de moule au safran et au lard

Rox Ane

Ingrédients :

4 personnes
800gr moules decortiquées (picard)
oignons
persil
5 galets de creme fraiche (picard)
2 tranche de poitrine fumé
1 pincée de pistil de safran
10cl de creme liquide
10cl vi blanc sec
sel et poivre

1/ dans une casseroles aire chaufé galets de creme avec creme liquide puis ajouter le safran laissez infuser 15min hors du feu. 2/ détaillez la poitrine en gros lardon . 3/ dans le cookéo en mode dorer faire revenir la poitrine puis ajouter les oignons dés que les lardons ont libéré leur gras. reserver dans une assiette. 4/ Dans la cuve du cookéo verser le vin blanc d'un coup et déglacer en remuant bien le fond de la cuve laissez réduire de moitié puis ajouter la creme au safran. 5/ ajouter les moules (décongelé au préalable) les lardons, oignons mélanger bien le tout puis basculé en mode cuisson rapide pendant 5min. 6/ Juste avant le service salez poivrer et parsemez de persil et oignons. Deguster aussi tot

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

Cerise au sirop

cookeo

Cerises aux sirop

Edwige Midon

Ingrédients :

- 1 kg de cerises (pour ma part j'ai dénoyaute pour confort avec les petits enfants)
- 1 bol d'eau,
- 100 g de sucre,

Cuisson rapide.....3 mn
Mettre au frais avant dégustation.

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

cookeo

Clafoutis aux abricots

cookeo

Clafoutis aux abricots

Catherine Felt

Ingrédients :

- 4 abricots moyens coupés en petits dés
- 3oeufs moyens
- 40g de sucre semoule
- 1 sachet de sucre vanillé
- 50g de farine
- 200ml de lait
- 1/2 bouchon de rhum ambré (facultatif)
- 1 moule maxi 18cm de diamètre
- Du papier sulfurisé

Chemiser le moule (jusqu'aux bords) de papier sulfurisé
Déposer les abricots au fond du moule
Battre les 3 œufs avec le sucre et le sucre vanillé
Ajouter la farine et bien mélanger pour éviter les grumeaux
Ajouter le lait et continuer de mélanger
Verser cet appareil dans le moule par dessus les abricots
Verser 200ml d'eau dans la cuve du cookéo
Y placer ensuite le panier vapeur puis le moule
Cuisson rapide(ou sous pression) 25min
Ouvrir cookéo et attendre que ça refroidisse
Mettre ensuite au frigo
Démouler lorsque le clafoutis est bien frais

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

cookeo

Clafoutis aux cerises

cookeo

Clafoutis aux cerises

Catherine Felt

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 200g de cerises
- 3 œufs
- 50g de farine
- 200ml de lait
- 50g de cassonade

* A la place de la cassonade, j'ai aussi fait 1 version en mettant 40g de sucre en poudre , 1 sachet de sucre vanillé et 2càs de poudre d'amande

Dénoyauter (ou pas) les cerises et les mettre au fond du moule
Battre les œufs puis rajouter le sucre puis la farine puis le lait...battre de nouveau
Ajouter ce mélange sur les cerises
Mettre le moule dans le panier vapeur
Mettre 200ml d'eau dans la cuve
Cuisson rapide 20 min

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

cookeo

Clémentines menthe pignons

Cookeo Moulinex

Clémentines menthe pignons

Ingrédients

Pour 4 personnes

600 g de suprêmes de clémentines

160 g de sucre

12 feuilles de menthe

250 ml d'eau

20 g de pignons de pin

10 g de beurre

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

Préparation

Mode dorer

Faites fondre le beurre dans la cuve.

Faites dorer les pignons puis réservez-les.

Versez de l'eau dans la cuve, ajoutez le sucre puis la moitié des feuilles de menthe et les suprêmes de clémentines.

Mode cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 1 mn.

Laissez refroidir à l'air libre, dans le sirop et placer au frigo.

Au moment de servir ajoutez les pignons et le reste des feuilles de menthe.

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

CONFITURES

Confiture de fraises

Cookeo Moulinex

Confiture de fraises

Ingrédients

-1 kg de fraises

-950 g de sucre spécial confiture

Équeuter les fraises, les laver et les couper en dés. Les mettre dans le cookeo avec le sucre en mode dorer.Laisser cuire pendant 1h en remuant régulièrement avec une cuillère en bois.Stériliser vos pots en verre,les remplir avec la confiture chaude, mettre le couvercle.Retourner les pots tête en bas, refroidir 24 heures.

ıttps://www.facebook.com/groups/305294616240741/

cookeo

Confiture de fraises express

Cookeo Moulinex

Confiture de fraises express

Claire Charruault

Pour 4pots :

- 800g de fraises (une fois nettoyer et coupé)
- 800g de sucre gelifiant.

1. Laver et couper les faises
2. Les mettre dans le cookeo en mode dorer. Les écrasés plus ou moins selon votre goût.
3. Porter à ébullition et ajouter le sucre.
4. Mélanger sans arrêt pendant 6-7min.
5. Remplisser vos pots aussitôt. Fermer les bien et mettez les a l envers pendant 5-10min pour la stérilisation.

(vos pots devront etre mis dans l eau bouillante pdt quelques minutes avant et bien essuyer).

cookeo

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

Confiture de fraise à la menthe

Cookeo Moulinex

Confiture de fraises à la menthe

Corinne costa

Ingrédients :

Pour 2 pots :

- 500g de fraises,
- 440g de sucre special confiture,
- 7/8 feuilles de menthe ciselées

Couper les fraises en cube de 1cm maxi,quand le mode dorée est prêt mettre les ingrédients.
Remuer avec une spatule en bois de temps en temps
Laisser cuire 10 min environ(juger de la cuisson des fruits).
Faire bouillir les pots afin de les steriliser.
remplir avec la préparation, bien fermer les couvercles et retourner le pot.
Laisser refroidir 24h

cookeo

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

Confiture abricots vanille

Cookeo

Moulinex

Confiture abricots et vanille

Nathalie Ameyoud

Ingrédients :

Ingrédients: pour 2 bocaux

- 550 gr d'abricots frais bien mûrs
- 250 gr de sucre cristal
- 1 demie gousse de vanille de Madagascar
- 4 cuillères à soupe d'eau
- 2 pointes de couteau d'agar-agar (facultatif)

Laver les abricots, les dénoyauter et les couper en 4, mettre dans un récipient et recouvrir du sucre
Couper la demie gousse de vanille en 2, gratter l' intérieur pour récupérer les grains et ajouter aux fruits
En mode dorer et pendant le préchauffage faire revenir les abricots-sucre-vanille additionnés d'eau
À la 1ère ébullition ajouter l'agar-agar pour ceux qui veulent en mettre et les brins de gousse de vanille
À la fin du préchauffage passer en" mode cuisson" rapide pour 10 minutes
Laisser refroidir un peu en retirant la cuve de l' appareil
Pour la mise en bocaux, mettre la confiture dans les bocaux, fermer avec le couvercle et retourner le pot le temps qu'ils refroidissent, ranger dans un placard aux frais.

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

cookeo

Confiture ananas vanille

Cookeo Moulinex

Confiture ananas vanille

Ingrédients

1 Ananas coupé en dés
700g de sucre "spéciale confiture allégée Begin Say"
1 gousse de vanille
1 citron
2 pincée de canelle
1/2 cuillère a café de rhum (facultatif)

Dans un saladier verser tous les ingredients et laisser macérer au minimum 1 heure.
Enlever la gousse de vanille et verser la preparation dans le cookeo.
Ajouter 60 ml d'eau.
Mettre le cookeo en mode dorer juste le temps du prechauffage en remuant regulièrement.
Passer en mode cuisson rapide pendant 12 minutes. Remuer.
Remettre en mode dorer pendant 2 minutes.
Laisser refroidir un peu la préparation et verser dans un pot stérilisé.
Ajouter si l'on veut de rhum.
Mettre le couvercle et retourner le pot.

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

cookeo

Confiture de lait

Cookeo Moulinex

Confiture de lait Sophie Lobet

Ingrédients

1 boite de lait concentré (de préférence Nestlé)

Penser à enlever le papier entourant la boite conserve avant de la mettre dans le cookéo pour les autres marques

Mettre du papier cuisson plié en 6 au fond de la cuve afin d'avoir une bonne épaisseur.
Poser la boite de lait concentré SANS l'ouvrir.
Remplir d'eau jusqu'a couvrir la boite.
Passer en cuisson rapide pendant 25 minutes.
Laisser refroidir au moins 1 heure avant d'ouvrir la boite.
Mélanger et conserver dans un pot stérilisé.

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

cookeo

Confiture de figues

Cookeo Moulinex

Confiture de figues Jenny FlavignyBahfir

Ingrédients :

- 500g de figues,
- 100g de sucre,
- 1cc d'agar agar.

Mettre à pré cuire le sucre et les fruits juste le temps du préchauffage,
Ajouter l'agar agar.
Et mettre en cuisson rapide 10 min.
Laissez tiédir et mettre dans le pot de confiture.

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

cookeo

Confiture de mirabelles

Cookeo Moulinex

Confiture de mirabelles

Nathalie Fischer

Ingrédients

- 2kg de Mirabelles
- 600 gr de Sucre Le « spécial
- confitures allégées » de Béghin-Say
- 50 ml d'eau

Dénoyauter les mirabelles et les mettre dans la cuve, les recouvrir du sucre et ajouter 50 ml d'eau

Mettre le cookéo en mode dorer et laisser juste le temps du préchauffage, remuer régulièrement
Passer en mode cuisson rapide et cuire 12 minutes.

Laisser un peu refroidir et remplir des verrines de confitures, mettre le couvercle et les retourner

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

cookeo

Confiture de mûres

Cookeo Moulinex

Confiture de mûres

Natacha Treille

Ingrédients

Pour 2 pots de 250ml de confiture

- 500gr de pulpe de fruit (je presse les fruits pour en retirer les pépins)
- 250gr de sucre
- 1 gr d agar agar

Tout melanger avec 40ml d eau en cuisson rapide 15 minutes
Mettre dans des pots steriles et les retourner pour la stérilisation.

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

cookeo

Confiture de pommes

Cookeo

Moulinex

Confiture de pommes

Ingrédients pour 4 ou 5 pots

1 kg de pommes coupées

700 g de sucre pour confiture

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

Préparation
Mode dorer

Mettez le 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

COMPOTES

Compotes

cookeo

Idées de compotes

Marilyn Lyna Labrousse

Bébé de 4 à 6 mois

Ingrédients :

Pomme
Poire
Pomme/poire
Banane
Pomme/banane
Pomme/poire/banane
Pomme/pêche/menthe
Pomme/banane/orange

Faire cuire les fruits en morceaux avec très peu d'eau
Cuisson 5 minutes et mixer

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

cookeo

Compote pommes ananas

Cookeo

Compote pommes ananas

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients

500 g de pommes épluchées
300 g de morceaux d'ananas (congelés ou frais)
50 ml d' Eau

Lavez et épluchez vos pommes

Allumez Cookeo . Sélectionnez « recette » OK puis « dessert » OK et choisissez « compote de fruits »OK puis choisissez le nombre de personnes .Suivez ensuite les instructions pour ajoutez les ingrédients . Ajoutez les ingrédients puis faites OK . « Souhaitez vous démarrer la cuisson » faites OK pour démarrer la recette .Fermez le couvercle . Cookeo démarre la cuisson avec avant un préchauffage

Arretez votre cookeo, ouvrez le couvercle et laissez refroidir . Mixez ensuite

Compote pommes poires

Cookeo

Compote pommes poires

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 2 personnes

500 g de pommes
500 g de poires
50 ml d'eau

Lavez et épluchez les fruits. Coupez les en morceaux

Sélectionnez « recette » puis dessert et « compote de fruits ».
Sélectionnez le nombre de personnes (2) puis ajoutez les ingrédients.
Déposez les morceaux de fuits dans la cuve
Démarrez la cuisson rapide .
Laissez refroidir et mixer l'ensemble .

Compote de pommes à la canelle

Compote de pommes à la cannelle

proposée par Idées Recettes Cookeo

Ingrédients

1kg de pommes (épluchées et épinées)
2 verres d'eau
1/2 citron
5 cuillères a soupe de sucre en poudre
1 sachet de sucre vanillé
1/2 cuillère a café de cannelle

en mode Dorer>>> mettre les pommes coupées en morceaux + citron + eau+ sucre + sucre vanillé (commencer a le faire en mode préchauffage)
jusqu'au moment ou le cookeo vous demande de mettre tout les ingrédients dites OK
ajouter la cannelle (remuez a la cuillère en bois) et passer en mode cuisson rapide pour 5mn.
en fin de cuisson passer les pommes au presse purée, ce que j'ai fait (pour avoir une texture avec des petits morceaux) ou mixeur (pour une consistance plus lisse) mettre dans des ramequins et 2h au frigo bon appétit !

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

Compote pommes ananas

Moulinex cookeo

Compote pomme ananas

Emilie Debuissy

Ingrédients :

3 pommes jonagold
1 ananas
1 sachet de sucre vanilliné
3 cas de sucre
1 verre d'eau

Mettre pomme et ananas en mode dorer. Rajouter le sachet de sucre, le sucre et le verre d'eau. Et passez en cuisson normal 5mn et mixer.

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

Compote pommes banane

Moulinex cookeo

Compote pomme/banane

Emilie Debuissy

Ingrédients :

3 pommes jonagold
2 bananes
1 sachet de sucre vanilliné
3 cas de sucre
1 verre d'eau

Mettre les pommes et bananes ds le cookeo en mode dorer. Verser le sachet, le sucre et l'eau puis mélanger. Ensuite mettre en cuisson rapide 5mn puis mixer.

Compote pommes abricots

compote pomme/abricot

-2 pommes jonagold
-4 abricots
-1 sachet de sucre vanillé
-1/4 de verre d'eau

Couper les pommes et les abricots.
Mettre le sucre et l'eau.
Faire dorer, puis 5 minutes en cuisson rapide.
Mixer.

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

cookeo

Compote pommes cerises

Moulinex cookeo

Compote de pomme et cerise

Cécile Ruchon Germon

Ingrédients :

Pour 3 enfants

2 pommes (gala)
200g cerises dénoyautées surgelées
2 sachets de sucre vanillé
100 ml d'eau

Laver éplucher et couper les pommes en lamelles .mettre tous les ingrédients dans le cookeo et c'est parti pour 6minutes en mode rapide . Ensuite récupérer les fruits sans le jus et mixer

Compote pommes framboises

Moulinex cookeo

Compote pomme et framboise

Emilie Debuissy

Ingrédients :

Pour 5 pots environ

3 pommes jonagold
150g de framboises surgelés
1 gousse de vanille
15cl de jus de pommes
6 cas de cassonade

Faire dorer les pommes ajouter les framboises, la jus de pommes et la cassonade. Fendre ds la longueur la gousse et gratter l'intérieur et l'ajouter au mélange.

Mettre en mode cuisson normal 5mn et mixer.

et mettre au frais .

Compote pommes groseilles

cookeo

Compote pomme/groseilles

-2 pommes (jonagold ou golden)
-200g de groseilles
-5cl d'eau
-3 cas de sucre
-1 sachet de sucre vanilliné

Éplucher les pommes et les couper en morceaux. Ajouter le reste des ingrédients. Faire revenir un peu en mode dorer et mettre 5mins de cuisson rapide,une fois terminé, mixer.

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

cookeo

Compote pommes nectarine

cookeo

Compote pomme/nectarine

-3 pommes jonagold
-2 nectarines
-un peu d'eau

Éplucher et couper les pommes. Pour les nectarines, juste les couper et retirer le noyau.
Mettre en mode dorer, ajouter les pommes et nectarines et un peu d'eau.
Une fois bien saisi mettre en cuisson rapide 5mins et mixer dans un autre récipient.

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

cookeo

Compote pommes pruneaux

Moulinex cookeo

Compote de pommes &Pruneaux

Laëtitia Coutelle

Ingrédients :

pour 4 personnes

5 grosses pommes,
18 pruneaux dénoyautés,
un sachet de sucre vanillé
et 40 cl d'eau.

Couper les pommes en petits morceaux et les mettre dans le cookéo ainsi que tous les autres ingrédients.

Cuisson rapide 6 minutes.
Un coup de mixeur.
A déguster froid ou tiède

Compote pommes raisins

cookeo

Compote pommes/raisins

-2 pommes
-20 grains de raisin
-Un fond d'eau

Couper les raisins en deux pour enlever les pépins. Éplucher et couper les pommes.
Mettre en mode dorer avec un peu d'eau. Faire revenir un peu et passer en cuisson rapide 5mn et mixer!

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

cookeo

Compote pommes rubarbe

cookeo

compote pomme rhubarbe

-600 g de pommes
- 400 g de rhubarbe
2 sachets de sucre vanillé
-80 g de sucre
-15 cl de jus d'orange
-10 cl d'eau

Tout mettre dans la cuve
Cuisson rapide 10minutes.

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

cookeo

Compote pommes myrtilles

Compote de pommes et myrtilles

proposée par cuisinesab

Ingrédients

pour 6 personnes :

750g de pommes soit environ 7 pommes
200g de myrtilles
50g de sucre
50ml d'eau
1/2 cuillère à soupe d'extrait de vanille

Eplucher et couper les pommes en dés

les mettre dans la cuve du cookéo
ajouter tous les ingrédients
mélanger
faire cuire 6 minutes cuisson rapide au cookéo
presser avec un presse purée; et mettre dans des ramequins au frigo (2h)

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

Compote pommes poires

Moulinex cookeo

Compote de pomme et poire

Emilie Debuissy

Ingrédients :

3 pommes jonagold
2 poires
1 sachet sucre vanillé
5 cas de sucre
1 verre d'eau

Couper les pommes et les poires. Faire dorer. Ajouter un petit verre d'eau, le sachet de sucre vanillé et le sucre. Mélangez et mettre en mode cuisson normal 5mn.
Et enfin mixer et mettre au frais

Compote pommes pêches

cookeo

compote pomme/pêche

-4 pommes jonagold
-2pêches
-1/4 de verre d'eau

Couper les fruits, mettre en mode dorer.
Verser l'eau.
Cuisson rapide 5 minutes.
Mixer

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

cookeo

Compote pommes mangues

Moulinex cookeo

Compote pomme/mangue

Emilie Debuissy

Ingrédients :

4 pommes jonagold
1 mangue
1 sachet de sucre vanillé
1 verre d'eau

Couper les pommes et la mangue. Mettre ds la cuve avec le sachet de sucre vanillé et le verre d'eau en mode dorer.

Une fois que c'est bien dorer, mettre 5mn en cuisson rapide et mixer.

J'ai fait 9 pots de 80g pr mes filles.

Compote pommes kiwis

Moulinex cookeo

Compote pomme/kiwi

Emilie Debuissy

Ingrédients :

Pour 2 pers

2 pommes jonagold
4 kiwi
Cannelle en poudre

Coupez les pommes et kiwi. Mettre en mode dorer.
Quand c'est bien doré arrêter le mode dorer en appuyant sur la flèche, ajouter la cannelle et mettre 5mn de cuisson rapide.

Et mixer.

Compote poires banane

compote poire banane

	2	4	6
Poires Conférence	2	4	6
Bananes	1	2	3
Jus de citron	1 cc	2 cc	3 cc
Sucre	25 g	50 g	75 g
Eau	5 cl	5 cl	5 cl
Gousse de vanille grattée	1/3	2/3	1

Préparation : 10 mn cuisson : 2 mn

Préparation :
Mettre tous les ingrédients dans la cuve.
Egoutter et mixer dans un saladier.
garder au frais une nuit avant de savourer.

Compote de pommes bretonne

Compote de pommes bretonne

	2	4	6
Pommes	240 g	480 g	720 g
Sucre	50 g	70 g	90 g
Cidre	10 cl	14 cl	20 cl
Caramel breton au beurre salé	2 cs	4 cs	6 cs

2P Préparation : 10 mn Cuisson : 4 mn
4P Préparation : 10 mn Cuisson : 5 mn
6P Préparation : 10 mn Cuisson : 6 mn

Préparation :
Mettre les pommes coupées dans la cuve avec le cidre et le sucre.
Cuisson
Servir avec le caramel breton.

Compote pommes fraises

Moulinex cookeo

Compote pomme fraise

Emilie Debuissy

Ingrédients :

500g de pommes jonagold
250g de fraises
1 sachet de sucre vanilliné
1 verre d'eau

Mettre pommes et fraises ds le cookeo en mode dorer, rajouter le petit verre d'eau.

Mettre en mode cuisson normal 5mn et mixer!

Coulis aux fruits rouges

cookeo

Coulis aux fruits rouge

Laëtitia Hanvic

Ingrédients :

Temps de préparation : 10 minutes
Temps de cuisson : 10 minutes

Pour 8 personnes :
- 300 g de fruits rouges (congelés c'est plus rapide !)
- 100 g de sucre roux
- 1 grand verre d'eau (si vous voulez que votre coulis soit moins épais)

Mettre les fruits encore congelés dans la cuve du cookeo et mettre en cuisson douce
Remuer de temps en temps.
Une fois les fruits bien ramollis rajouter le sucre et remettre 5min en cuisson douce

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

cookeo

Flan courgette et carotte

Moulinex cookeo

Flan courgette et carotte

Fanny Der Vartanian

Ingrédients :

(pour 4 personnes)

3 petites courgettes
4 carottes
1 grosse échalote
1 gousse d ail
1 brique de 20 cl de crème
2 œufs
75 g de gruyère râpé
1 cuillère à s d huile d olive
Sel poivre
Cumin une cuillère à café

1) râper les carottes et courgettes crues
2) faire revenir les légumes +échalote et l ail dans l huile d olive 5mn en mode doré et laisser tiédir
3)a part mélanger les œufs, la crème , le gruyère , sel , poivre et cumin
4) ajoutée les légumes à la préparation . Mélanger et verser dans un moule en silicone ou dans le panier vapeur avec du papier cuisson .
5)cuire en mode cuisson rapide 15 mn avec 300ml d eau dans la cuve.

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

Flan carottes

Flan de carottes

Sabrina Clement

Ingrédients :

- 10 grosses carottes,
- 20cl de creme fraiche,
- 3 oeufs ou 4 oeufs selon la grosseur,
- 100g de gruyere,
- 30g de beurre,
- sel,poivre

Pelez les carottes et les faires cuire a la vapeu (12mn).
Pendant ce temps,battre les oeufs avec la creme,le sel et le poivre.
Quand les carottes sont cuites les ecraser en purée avec le beurre,sel et poivre.
Ensuite rajouter le melange oeufs/creme et votre gruyere.
Mettre 30cl d'eau dans la cuve,mettre le moule filmer dans le panier vapeur et 25mn en cuisso rapide,bien attendre avant de demouler

Flan crabe

Flan de crabe

Recette de Laetitia Quintin
Cooked dans la joie et la bonne humeur

Ingrédients (4 personnes)

Une belle boite de crabe égoutté (ou 2 petites)
5 œufs frais
5 grosses cuillères a soupes de crème fraiche épaisse
Une petite boite de concentré de tomate
Une demi cuillère a café d'harissa (ou plus suivant le gout)ou piment de Cayenne
Un peu de persil haché ,et quelques brindilles de ciboulette
Sel , Poivre

Procédure:

Mélanger tout cela , ajouter le crabe sans trop le mixer pour retrouver des morceaux
METTRE DANS UN MOULE (huilé) POUVANT RENTRER DANS LE PANIER ..... et filmer
Mettre 250ml d'eau dans la cuve , et cuire 20mn cuisson rapide laisser reposer et refroidir
Mettre au frais , déguster bien froid avec une mayonnaise

Flan patates douces

cookeo

Flan de patate douce au lait de coco

Pour 4 pers.
-450g de patates douces
-10cl de crème liquide
- 10cl de lait de coco
-2 oeufs
-piment en poudre
- sel, poivre

Faire cuire les patates douces épluchées et coupées en larges tronçons (dans ingrédients, légumes, patate douce).
Une fois cuites, mixez le reste des ingrédients.
Déposer dans des ramequins, dans le panier vapeur, cuisson vapeur 9 mins.

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

cookeo

Flan thon

Flan de thon (ou autres)

Coralie Lyssia Bonnot

Ingrédients :

Pour 2 gros ramequins /

- 1 boite de thon
- 2 œufs
- Un morceau de fromage ail et fine
- herbe (boursin)
- 2cas de crème fraiche
- Sel poivre ail

Mélanger tout ces ingrédients
Mettre dans vos ramequin filmer le dessus au film alimentaire
Déposer dans le panier vapeur
Mettre 200 ml d'eau dans la cuve cuisson rapide 25 min
Une fois fini laisser reposer 15 min cuve ouverte
et voilà retourner dans une assiette sa se décole tout seul
Peut se manger avec un coulis de tomate assaisonner ou un yaourt salé, poivrer, filet de citron et ciboulette

Idées Recettes Cookeo

Flan salé lardons

cookeo

Flan salé aux lardons et emmental

Laëtitia Hanvic

Ingrédients :

Pour 12 petits flans :

- 5 œufs
- 1 brique de crème liquide (200ml)
- 200 g de lardon
- 150 g d'emmental râpé
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de poivre
- ciboulette

Faire dorer les lardons
Battre les œufs puis ajouter la crème.
Remuer bien puis ajouter ensuite les lardons, l'emmental râpé, le sel, le poivre puis mélanger
Séparer la préparation en 2 et dans 1 moitié rajouter de la ciboulette
Mettre le tout dans des petits ramequins puis chauffer 12min en cuisson rapide

Ouvrir le capot du cookeo en fin de cuisson puis le rabaisser sans le fermer et laisser refroidir 30 min avant de les demouler

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

cookeo

Gambas fraîches aux légumes

cookeo

Gambas fraîches aux légumes croquants aillés et persillés au cidre

Lilou Moultipass

Ingrédients :

Pour 3 personnes :
- 25 gambas fraîches décortiquées, sauf la queue
- 2 échalotes émincées
- 1 carotte coupée en julienne
- 1/2 courgette coupée en julienne
- 1 tomate fraîche pelée, coupée en petits dès
- le jus d'un citron vert
- 1 verre de cidre (type verre à Nutella)
- 1 cuillère à soupe d'ail haché
- 1 cuillère à soupe de persil haché
- beurre + huile d'olive, sel et poivre

En mode dorer, faire fondre un morceau de beurre avec un peu d'huile. Quand le tout est bien chaud, y mettre les gambas à saisir. Remuer sans arrêt jusqu'à ce que la queue des gambas soit rose. Les retirer alors immédiatement et les déposer sur du papier absorbant (ne surtout pas les faire cuire plus longtemps, sinon, c'est très vite trop cuit).
Ajouter un léger filet d'huile d'olive, et mettre les échalotes à dorer en remuant sans arrêt, puis la carotte et la courgette. Toujours faire dorer en remuant. Ajouter la tomate. Mouiller avec la moitié du verre de cidre. Ajouter le jus de citron, le sel et le poivre, ainsi que l'ail et le persil. Bien remuer. Verser le restant de cidre. Puis déposer les gambas sur la préparation, sans remuer. Passer en cuisson rapide 1 minute, pas une de plus.
Dès la cuisson terminée, arrêter la cuisson rapide et ouvrir immédiatement le couvercle afin que ça ne continue pas à cuire.

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

cookeo

Gambas à l'armoricaine

cookeo

Gambas à l'armoricaine

Emilienne Sav-bello

Ingrédients :

Pour 2 personnes
- 12 gambas
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- persil
- 25cl de vin blanc sec
- 1 bouteille de purée de tomates
- 1 petit pot de concentré de tomate
- 3 morceaux de sucre
- cognac

Mettre en mode DORER
Mettre de l'huile de tournesol et les gambas. Quand elles sont roses, les mettre dans une poele sur la plaque chaude, mettre le cognac et les faire flamber sur la plaque en fonction. Mettre de côté.
Mettre dans le cuve du cookeo, l'oignon, l'ail et le persil, faire revenir 2 min mettre 25 cl de vin blanc.
Laisser evaporer le vin 5 min.
Ajouter le concentré de tomate et la purée de tomates, saler, poivrer.
Ajouter les gambas et le jus, remuer.
Cuisson rapide 10 min

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

cookeo

Gaspacho de concombre

Gaspacho de concombre

	2	4	6
oncombre, pelé épépiné	1	2	3
ain de mie, en tranche	1	2	3
euilles de menthe fraiche	5	10	15
itron (jus)	1/8	1/4	1/2
etit suisse	1	2	3
il	1/2	1	2
au	25 cl	45 cl	65 cl
ucre	1 cc	2 cc	3 cc
outte de tabasco	3	6	9

Préparation : 10 mn Cuisson : 5 mn

Placer l'eau, le concombre, l'ail et le pain de mie dans la cuve
Assaisonner de sel.
Cuisson
Laisse refroidir.
Mixer avec les autres ingrédients.
Servir bien frais.

Langoustines fraîches

Moulinex cookeo

Langoustines fraîches

Criki Cmoi

Ingrédients :

500 g de langoustines
bouquet garni

Mettre les langoustines dans la cuve avec un cube de bouquet garni, on recouvre d'eau et 4 mns en cuisson rapide

Magrets de canard

Cookeo Moulinex

Cuisson des magrets de canards

Ingrédients pour 4 personnes

2 magrets de canard

Mode dorer

Taillader la peau des magrets de canard et placez les tout de suite côté peau dès le début de la fonction dorer.(pendant le préchauffage. Faites dorer pendant 3 mn après la fin du préchauffage.

Retournez vos magrets et faites les cuire pendant Minimum 2 mn pour une cuisson saignante et ajoutez de minute en minute pour une version plus cuite.Servez chaud .

https://www.facebook.com/cookeorecettes/ http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ http://recettescookeo.net/

Magret de canard à l'orange

cookeo

Magret de canard à l'orange

Sylvie Vuillemard

Ingrédients

Pour 4 personnes

- 2 magret tranchés
- 200 ml de jus d'orange
- 100 ml de sucre en poudre
- sel, poivre

En mode dorer : griller les magrets de chaque côté puis réserver.
Ensuite rincer la cuve et toujours en mode dorer, faire un caramel à sec ave le sucre en poudre , dès que c'est doré mettre le jus d'orange, bien remuer jusqu'à ce que le caramel soir dissout.
Ajouter les tranches de magret, les laisser 2 minutes dedans. Ajouter sel e poivre.

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

cookeo

Magret de canard au miel

cookeo

Magret de canard balsamique et miel

Martine Emieux

Ingrédients :

Pour 2 personnes

- 1 magret de canard
- 1 gros oignon
- 3 c à s de balsamique
- 3 c à s de sauce soja
1 c à s de fond de volaille avec 1/2 verre d'eau
- 2 c à s de miel

Couper le magret en tranche, les mettre en mode dorer 1 min de chaque coté.
Les enlever, faire dorer l'oignon sans matière grasse.
Ajouter le miel, le balsamique et le soja tout en remuant le fond de volaille.
Ajouter le magret et mettre en mode cuisson rapide 3 min.

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

cookeo

Magrets aux asperges et poivre

Magret aux asperges et poivre

	2	4	6
Magret de canard paré	1	2	3
Cognac	3 cl	5 cl	7 cl
Bouillon de volaille	10 cl	15 cl	20 cl
Poivre vert écrasé	10 g	15 g	20 g
Crème liquide	10 cl	15 cl	20 cl
Beurre	10 g	15 g	20 g
Sauceline	1 cs	2 cs	3 cs
Asperges vertes	10	20	30
Sel			

Préparation : 10 mn Cuisson : 4 mn

Préparation :
Dégraisser un peu les magrets et les assaisonner.
Préchauffage
Colorer les magrets côté peau, puis 3 mn par face.
Retirer les magrets et le gras.
Déglacer au Coganc et remuer.
Arrêter de dorer.
Ajouter le reste sauf les asperges.
Retirer la sauce, réserver au chaud.
Ajouter asperges, magrets et 10 cl d'eau.
Cuisson
Servir le magret tranché avec les asperges et napper de sauce.

Magrets de canard aux pêches

Moulinex cookeo

Magrets de canard aux pêches et sa sauce caramel

Corinne Croisille

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

2 magrets de canard
4 pêches
200g de sucre
20g de beurre
2 càs de mélange malin volaille
20cl de jus d'orange
sel et poivre

Mettre le cookéo en manuel et dorer.
Faites fondre le sucre à sec.

Lorsqu'il atteint une couleur dorée, ajoutez le beurre et le jus d'orange et le mélange malin.

Coupez les magrets en lanières.
Mettre les magrets à dorer.
Mélangez.

Epluchez les pêches et coupez les en morceaux.

Mettez-les également à dorer, salez et poivrez.
C'est prêt.

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

Magret de canard pommes poires

Magret de canard aux pommes de terre et poires

proposée par Stephanie Arbaud

Ingrédients

700g de pommes de terre coupés en petit dés
gingembre haché
persil
epices
500ml de bouillon cube or
4 poires

Fais revenir les magrets coupés en morceaux en mode dorer 4 minutes puis je l'ais ais enlevés et fais revenir 700 g de pommes de terre coupés en ptit dés j'ai ajouté gingembre haché,persil,épices et 500 ml de bouillon cube or,4 poires au sirop couper en dé puis ajouté les magrets et mis en mode cuisson rapide et au bout de 10 minutes un régal!!!!!!!

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

Magrets de canard

Cookeo Moulinex

Magrets de canard

Jean-Philippe Rousseau

Ingrédients pour 4 personnes

2 magrets de canard

Mode dorer

Taillader la peau des magrets de canard et placez les tout de suite côté peau dès le début de la fonction dorer.(pendant le préchauffage. Faites dorer pendant 3 mn après la fin du préchauffage.

Retournez vos magrets et faites les cuire pendant Minimum 2 mn pour une cuisson saignante et ajoutez de minute en minute pour une version plus cuite.Servez chaud .

Magret de canard cerise porto

cookeo

magret de canard
cerise/porto

Pour 2 pers.
-1magret de canard émincé
-1oignon émincé
-150ml de porto
-100 ml de crème liquide
-Quelques cerises
-1cac de canelle, fond de veau
-1feuille de laurier

Faire revenir le canard et l'oignon 3minutes.
Rajouter le reste des ingrédients et mettre en cuisson rapide 4 minutes.

https://www.facebook.com/groups/30529461624074

cookeo

Maquereaux moutarde vin blanc

Moulinex cookeo

Maquereaux

Criki Cmoi

à la moutarde et au vin blanc

Ingrédients :

Pour 2 personnes,
2 petits maquereaux,
1 oignon émincé,
1 poignée de carottes en rondelles,
25 cl de vin blanc,
1/2 verre d'eau,
1 cas rase de moutarde,
1 marmite bouillon de poisson knorr,
100 g de blé,
huile d'olives

Faire dorer l'oignons et les carottes avec l'huile,

Ajouter la moutarde, la marmite de bouillon, le vin et l'eau. mélanger.

Ajouter le blé et les poissons.

Cuisson rapide 4 minutes

Marmite moules riz

cookeo

Marmite Moules/riz

Stephanie Choquart Fernandez

Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 1 sachet de moules surgelées
- 1 oignon émincé
- 225 g de riz
- 400ml d'eau
- 2 c à c de fumé de poisson
- 300 ml devin blanc

En mode doré, faire revenir l'oignon.
Attendre un peu et ajouter les moules, mettre l'eau et le fumé de poisson, le vin et le riz.
Mélanger et 8 min en cuisson rapide

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

cookeo

Marmite de la mer

Moulinex cookeo

Isabelle le Levier

Marmite de la mer

Ingrédients :

4 personnes :
- **240g de riz (+ ou -)**
- **500g de fruits de mer surgelés**
- **40cl de coulis de tomate**
- **huile d'olive**
- **30cl d'eau**
- **2 oignons**
- **2 échalottes**
- **1 gousse d'ail**
- **sel, poivre**
- **cumin**
- **piment de cayenne**
- **persil**

En mode dorer, faire revenir les oignons, échalottes, ail et les fruits de mer dans l'huile d'olive pendant 3/4mn. Ajouter le coulis de tomate, le riz, l'eau et les épices.

Bien mélanger et cuire en mode cuisson rapide 8mn !!!

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

Morue tomates fraîches

Morue aux tomates fraiches

cookeo

Ingrédients :

Pour 2/3 personnes :

- 700g de filet de morue dessalées
- 2 oignons
- 1 gousse d'ail
- 1 cuillère a soupe d'huile
- 3 belles tomates
- 1 poivron

- En mode dorer : Faire revenir les oignons coupés, les tomates et le poivron
- Placer le filet de morue dessus
- Laisser cuire en mode cuisson rapide 7 min
- Lier la sauce

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

cookeo

Morue au beurre

Moulinex cookeo

Morue au beurre

Francine Devie

Ingrédients :

Pour 2/3 personnes

700gr de morue dessalée (trouver a Leclerc dans les congelés)

6 pommes de terre ,

3 gousses d'ail 1 oignon ,

1 pincée de piment espelette ,persil

80gr de beurre

Cuire les pdts en mode légumes pdts , après cuisson réservez, mettre la morue cuisson ingrédient poisson pavé ,pendant ce temps peler les pommes de terre ,à la fin de cuisson de la morue rincé la cuve , mettre en mode doré ajoutez le beurre ,ail, oignon,persil, piment,au bout de quelques min ajouter pdts coupées en rondelles et la morue touiller, laisser dorer un peu le tout et mettre en plat de service , très bon je trouve accompagné d'une salade !!!! bon app

Moules au poireaux

Cookeo

Moules au poireaux

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

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

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.

Moules marinères

moules marinières

	2	4	6
Moules fraîches	1 kg	1,2 kg	1,4 kg
Oignons émincés	100 g	150 g	200 g
Vin blanc	20 cl	20 cl	25 cl
Persil frais ciselé	2 cs	3 cs	3 cs
Sel et poivre			

Préparation : 2 mn Cuisson : 3 mn

Mettre tous les ingrédients dans la cuve.

Moules marinières

Cookeo

Moules marinières

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

600 g de moules décortiquées congelées
250 ml de vin blanc
Persil congelé
150 g d'oignons congelés
Sel
Poivre

Démarrez votre Cookeo puis choisissez **la fonction recette express** puis sélectionnez **« moules marinières ».**

Suivez les instructions de l'appareil pour les temps de cuisson. Versez les ingrédients dans la cuve :les moules, les morceaux d'oignons ,le vin blanc et saupoudrez de persil.
Salez et poivrez selon votre convenance.
Démarrez la cuisson en fermant le couvercle et le tour est joué.

Servez chaud avec des légumes de votre choix .

Moules à la tomate

Cookeo

Moules à la tomate

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

600 g de moules décortiquées congelées
250 ml de vin blanc
Persil haché congelé
150 g d'oignons congelés
4 cuillères à soupe de concentré de tomates
3 cuillères à café de curry
Sel
Poivre

Allumez votre appareil et choisissez la fonction Ingrédients puis poissons et crustacés et enfin moules. Faites ok et indiquez la quantité de moules (600 g).
Ajoutez les ingrédients :les moules ,les morceaux d'oignons,le vin blanc. Vous pouvez également saler et poivrer.
Le temps de cuisson proposé est de 3 mn . Faites ok puis fermez le couvercle .
Quand la cuisson est terminée saupoudrez de curry selon votre convenance et ajoutez les 4 cuillères à soupe de concentré de tomates.
Servez chaud avec des légumes de votre choix .

Moules au Boursin

cookeo

Moules au boursin

Pour 4 pers.
-1 poireau/2 échalottes
-1 pot de boursin cuisine échalotes et ciboulette
-10 brins de ciboulettes
-2kilos de moules de bouchot
-1cas de curry, 2cas d'huile d'olives
-1 verre de vin blanc sec
-Sel/poivre

Nettoyer les moules.Emincer les échalottes et le poireau.Les faire revenir avec le curry.
Ajouter les vin et les moules, assaisonner, continuer en mode dorer 10mns, en remuant de temps en temps.
Ajouter le boursin,remuer, et continuer la cuisson 2 minutes.

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

cookeo

Moules au roquefort

cookeo

moules au roquefort

Pour 4 pers.
-1,4kg de moules
-1 plaquette de roquefort
-240 ml de blanc sec
-échalottes
-persil
-50cl de crème épaisse

Faire en mode moules marinières.

https://www.facebook.com/groups/305294616240

cookeo

Moules au chorizo

Moulinex cookeo

Moules au chorizo

Nenena la Chieuze

Ingrédients :

Pour 4 personnes

1.2kg de moules,
1/2 chorizo doux,
3 échalottes,
25cl de vin blanc,
10 cl de crème liquide (facultatif)

Suivre la recette pré programmée moules marinières en ajoutant le chorizo.
Si vous voulez de la crème la mettre qu'en fin de cuisson !!!
bon appetit

Moules à la crème et au curry

Moulinex cookeo

Moules à la crème et au curry

Corinne Croisille

Ingrédients :

Pour 2 personnes :

1,5 l de moules
200g de crème fraîche épaisse
20cl de vin blanc
2 branches de céleri
3 c à soupe d'huile d'olive
1 c à soupe de curry en poudre
sel et poivre

Epluchez et coupez le céleri en petits tronçons.
Nettoyez les moules.
Mettre le cookeo en manuel et dorer.
Mettre le vin blanc.
Mettre dans le panier cookeo les moules et le céleri.
Une fois les moules ouvertes retirez les du cookeo.
Gardez un tiers du jus de cuisson, ajoutez la crème et le curry.
Mélangez bien.
Mettre la sauce sur les moules.

Noix de Saint Jacques et riz

Noix de st Jacques / riz

proposée par Marine Tachet

Ingrédients

Pour 2 pers

-2 sachets de riz (2x125g)
-Environ 20 noix de st Jacques
-400 ml de bouillon de volaille
-La moitié d un bocal curry de légumes a la noix de coco (uncle ben's 400g)

Mettre le
Cookeo en fonction poulet / riz
Mettre le riz / le bouillon
Ajouter les noix , on mélange et hop ça cuit !
Fin de cuisson maintenir au chaud 2 min ajouter la moitié du pot curry légumes coco, mélangez ...
Résultat au top !
Voilà ! Bon appétit :)

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

Œufs mimosa

ŒUFS MIMOSAS

RECETTE DE LAETITIA QUINTIN

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients (4 personnes)

4 oeufs

Procédure:

Prévoir un œuf par personne

Mettre les œufs dans la cuve, couvrir d'eau et cuisson manuelle 4 min.
Laisser refroidir, Éplucher les œufs, les couper en 2 et enlever les jaunes.
Les écraser avec de la mayonnaise et garnir les blancs.
C'est prêt !

Pains surimi crevettes

cookeo

Pain surimis crevettes au curry

Sophie Pepette

Ingrédients :

- 20 cl de crème fraiche
- 3 œufs
- 1 c à c de curry
- sel poivre
- 200 gr de surimis
- 250 à 300 g de crevettes

Tout couper en petits morceaux (crevettes et surimis) et tous mélanger ensembles.
200 ml d'eau dans la cuve
Cuisson 25 minutes dans un moule couvert avec du film étirable et posé dans le panier vapeur.

A manger froid

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

cookeo

Pain surimi thon

Pain surimi thon

Angelique Bouzereau

Ingrédients :

- 6 œufs
- 20cl de lait
- Un paquet de miette de surimi
- Une boîte de thon
- Un paquet de râpé
- Sel poivre aneth

Mélanger le tout
Cuisson rapide 30 min dans panier vapeur avec 20cl d'eau sous film spécial cuisson
repos 30 min avant démoulage
A manger avec mayonnaise

Idées Recettes Cookeo

Pains aux poireaux

cookeo

Pain aux poireaux

Perrine Etnathan

Ingrédients :

Pour un moule de 18cm.
- 1 poireau
- 1 oignon
- 25 cl de crème liquide
- 4 œufs
- Curry (facultatif)
- Sel poivre

Couper oignon + poireau et le mettre en mode dorer danss la cuve avec un peu d'huile d'olive ajouter une pincée de curry en poudre.Une fois cuit le mettre de côté mélanger crème + œufs dans un saladier sel et poivre a votre goût
Remplir la cuve de 300 ml d'eau
Ajouter les poireaux dans le mélange crème œufs puis le verser dans un moule de 18cm puis le mettre
Dans le panier vapeur mettre une assiette dessus ou du cellophane pour ne pas que l'eau tombe sur votre pain.
cuisson rapide 25 minutes .
Laisser reposer 10 minutes couvercle ouvert .

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

cookeo

Pain aux poivrons

cookeo

Pain aux poivrons

Catherine Felt

Ingrédients :

- 1 petit bocal de poivronnade
- 6 œufs
- 3càs de crème fraîche épaisse
- 1càs de moutarde
- Sel, poivre , piment d'espelette

Battre les œufs , ajouter la crème fraîche et la moutarde,mélanger.
Ajouter le bocal de poivronnade , le sel, le poivre et le piment,mélanger.
Mettre dans 1 moule et le filmer
Mettre 300 ml d'eau dans la cuve
Mettre le moule dans le panier vapeur et le tout dans la cuve
Cuisson rapide 35min
Après cuisson , ouvrir et laisser reposer 1/4 d'heure
A servir frais ou tiède avec 1 coulis de poivron ou 1 bonne mayonnaise

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

cookeo

Pain jambon

cookeo

Pain de jambon blanc, olives noires, carottes , oignon

Catherine Felt

Ingrédients :

Pour 4-6 personnes :
- 6 tranches de jambon blanc coupées en morceaux
- 1 dizaine d'olives noires
- 3 carottes déjà cuites mais croquantes
- 1/2 oignon blanc
- 1 petite boîte de concentré de tomate
- 5 œufs
- 5 càs de crème fraîche
- Poivre, piment d'espelette, persil, 1 peu de sel, 1/2 kubor émietté

Mixer jambon, olives noires, carottes et l'oignon
Battre les 5 œufs et rajouter aux aliments mixés
Rajouter le reste des ingrédients et bien mélanger.
Mettre dans un moule.
Mettre 300ml dans la cuve puis le panier vapeur
Mettre le moule dans le panier vapeur
Cuisson rapide 30min
Laisser reposer 1/4 d'heure après cuisson couvercle ouvert
Moi je le mets 24heures au frigo
Bon app
Très frais pour l'été avec 1 bonne salade de tomates cœur de bœuf, oignon blanc

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

cookeo

Pain légumes

cookeo

Pain de légumes

Sophie Pepette

Ingrédients :

Pour 8 personnes :

- 1 grosse boite de macédoine de légumes,
- 20 cl de crème (liquide ou semi épaisse)
- 4 œufs

Mettre la macédoine dans le moule (pour moi la casserole sans manche) le moule dans le panier, 300 ml d'eau dans la cuve. A coté mélanger les œufs, la crème, sel et poivre (épices éventuellement) 25 minutes en cuisson rapide.

A manger en entrée avec de la mayonnaise ou du coulis de tomates

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

cookeo

Pain saumon

cookeo

Pain de saumon et gambas au boursin et petits légumes

Sophie Pepette

Ingrédients :

- 200g de cœur de saumon fumé coupés en dés
- 100g de gambas cuites
- 1 poignée de carottes en morceaux cuites
- 1 poignée de petits pois cuits
- 5càs de crème fraîche épaisse
- 5 œufs
- 2càs de Boursin échalotes -ciboulette
- 1 filet de jus de citron
- Sel, poivre, échalote finement ciselée, persil, piment d'espelette

Chemiser le moule avec du papier sulfu
Y mettre les gambas coupées en 3 et le saumon en dès, ajouter le filet de citron et remuer
Dans 1 jatte, battre les 5 œufs , les mélanger avec la crème et le boursin puis y ajouter tous les autres ingrédients
Mettre ce mélange dans le moule
Mettre 300ml d'eau dans la cuve, y déposer le panier vapeur et mettre le moule dedans
Cuisson rapide 30 min puis laisser reposer 1/4 d'heure dans cooki couvercle ouvert
Puis attendre que ça refroidisse bien être au frais et démouler 1 fois bien frais

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

cookeo

Pain surimi asperges

cookeo

Pain de surimi aux asperges

Bérengère Mauguin

Ingrédients :

Pour 6 personnes :

- 20 batonnets de surimi,
- 1 boite d'asperges blanches pelés,
- 5 CS de crème fraîche
- 5 oeufs
- sel et poivre
- persil

Mixer le tout au blender puis mettre les ingrédients dans un moule, 250ml d'eau dans la cuve et mettre le moule avec du film alimentaire dans le panier vapeur et dans la cuve.
Cuisson Rapide 40min.
Servir très frais avec une petite salade et mayonnaise

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

cookeo

Pain de thon

cookeo

Pain de Thon

Sophie Pepette

Ingrédients :

- 2 petites boites de Thon
- 5 œufs
- 5 c à s de crème (fraiche liquide ou épaisse, peu importe)
- 200g de gruyère râpé
- 2 c à c de concentré de tomate.
- Sel
- poivre
- persil
- piments

Bien mélanger le tout et le mettre dans le moule (petite casserole sans manche recouverte d'un film étirable)
25 minutes en cuisson rapide avec 200 ml d'eau dans la cuve.
Laisser reposer ¼ d'heure après cuisson, couvercle du cookéo ouvert.

A deguster froid avec mayo ou coulis de tomate.

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

cookeo

Pain thon crevettes

Pain de thon/crevettes

Laetitia Leduey

Ingrédients :

une petite boîte de crevettes décortiquées,

4 oeufs,

un demi pot de crème fraiche épaisse,

100 Grammes de gruyère rapé,

2 CAS de coulis de tomate,

sel et poivre.

Dans un plat adaptable cookeo(18cm) ou une casserole de 18cm (sans manche) mettre : le thon,les crevettes,les oeufs,la crème, le gruyère et le coulis de tomate.

Bien mélanger et mettre sel poivre a votre convenance.

Mettre 250ml d'eau dans la cuve puis poser votre plat/casserole dans le panier puis cuisson rapide 30mn.

A la fin ouvrir le cookeo et laisser reposer 10mn.

Se deguste selon les gouts chaud/tiède ou froid et en entrée ou en plat avec accompagnements (style salade).

Idées Recettes Cookeo

Pain de viandes parmesan

cookeo

Pain de viande au parmesan

Catherine Felt

Ingrédients :

Pour 6 personnes :

-400 g de viandes hachées cuites (porc, bœuf, canard dinde)
- 5 càs de crème fraîche épaisse...
- 5 œufs
- 2càs de concentré de tomate
- Sel, poivre, échalote, persil, piment d'espelette , 1/2 bouillon de bœuf émietté
- 100g de parmesan rapé

Mélanger tout les ingrédients dans 1 moule
Mettre 300ml d'eau dans la cuve puis mettre le panier vapeur et le moule dedans
Cuisson rapide 25 min

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

cookeo

Paella au poulet et fruits de mer

Moulinex cookeo

Paella au poulet & fruits de mer

Isabelle Arnaud Pailhès

Ingrédients :

-pour 4 personnes :
4 cuisses de poulet (pilons et haut de cuisses coupés) ,
un sachet de fruits de mer surgelés (décongelé) ,
250g de riz ,
une toute petite boite de petit pois,
1 beau poivron rouge,
la moitie d un chorizo,
un sachet d épices spécial paella,
1 oignon
500ml de bouillon de poule

En mode dorer faire revenir l'oignon et les cuisses de poulet dans un peu d' huile d olive ajouté la moitié du bouillon ,

Fermer le okéo et en mode cuisson rapide 10 minutes

Mettre tous les ingredients sauf les petits pois et le chorizo passez en mode recette " poule au riz " une fois la cuisson terminée rajouter les petits pois et le chorizo et faites dorer 2mn bon appetit c'etait excellent !

Poêlée d'été

cookeo

Poêlée d'été à ma façon

-4 à 5 courgettes
- 2 aubergines
-5 tomates
-1 oignon
-herbes de Provence
-400 gr de viande hachée.

Faire revenir dans un peu d'huile d'olive l'oignon, les courgettes, les aubergines et les tomates, le temps que tout ça rende un peu d'eau, puis cuisson rapide 5 mins. Repasser en mode doré pour mettre la viande faire mijoter pendant une dizaine de mins. Mettre du gruyère râpé, et faire gratiner quelques minutes au four.

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

cookeo

Poêlée poulet pommes de terre

Moulinex cookeo

Poele poulet de pomme de terre

Recette WW - 11PP -

Elodie Chambenoit

Ingrédients :

2 blancs de poulet
230 gr de champignons de paris (1 petite boite)
400 gr de pomme de terre
6 tranches de bacon
125 ml de vin blanc
3 cc d'huile d'olive
1 cube de bouillon de volaille
1 bouquet garni
1 oignon
sel, poivre du moulin

Préparation : 10 min
Cuisson : 11 min après préchauffage

Préparez vos ingrédients : épluchez les pommes de terre puis coupez-les en dés. Coupez le poulet en petits morceaux. Épluchez l'oignon puis émincez-le.
Branchez le Cookeo, choisissez dans le menu la section « recettes » puis « bourguignon » puis « 02 pers » (ou plus si vous êtes plus nombreux).
Ensuite, suivez les instructions de l'appareil : versez l'huile et le poulet et les oignons dans la cuve, puis faites dorer quelques minutes.
Appuyer sur ok puis mettez tous les autres ingrédients dans la cuve, mélangez, fermez l'appareil et verrouillez-le, attendez !
Quand l'appareil émet des bips, c'est cuit, il passe en mode maintien au chaud jusqu'à ce que vous l'arrêtiez.

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

Poivrons farcis

Moulinex cookeo

Poivrons farçis

Morgane Mayeur

Ingrédients :

Pour 4 personnes

3 poivrons (jaune, rouge, vert)
500 gr de chair pour farcir les légumes,
1 boite de pulpe de tomates,
sel, poivre,
ail en poudre
20 cl d'eau

Laver et vider les poivrons les farcir.
Mettre le boite de tomates dans la cuve l'eau et disposer les poivrons (je fais deux boulettes sans légumes pour mes enfants).

Ajouter sel,poivre et ail en poudre.Mettre le tout 12 minutes en mode manuel cuisson rapide servir avec du riz pour moi du basmati.
Régalez vous.

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

Poulet basquaise

Poulet basquaise

Proposée par Idées Recettes Cookeo

Ingrédients

pour 4 personnes

- 4 cuisses de poulet
- 2 poivrons rouges- 2 poivrons vert
- 2 oignons
- 1 boite de tomates entière ou concassées
- Des lardons
- De l'ail écrasé
- Herbe de Provence ou bouquet garnis
- 1 verre de vin blanc
- Du fond de veau / ou cube
- Sel / poivre/ 1cuillere a soupe d'huile
- Eau environ 200 ml

1) Programme manuel > Dorer

Dans votre cuve mettre une cuillère a soupe d'huile et faites revenir les oignons et les lardons et les poivrons (coupés en lamelle) pendant 10mn (vous pouvez commencer a faire cuire pendant le préchauffage pour gagner du temps)

2) réserver le tout dans une assiette et déposer dans votre cuve votre poulet faite le revenir 5mn

3) ajoutez votre assiette , salé poivré ,ajouter votre ail , vos herbes de Provence, le vin blanc , votre cube ou fond de veau , et les tomates et pour finir noyer avec votre eau remuer le tout a la cuillère en bois .

4) Lancer la cuisson rapide 15mn si c'est des cuisses sinon 10mn pour des blancs ou escalope

5) Dring c'est prêt ! servez avec du riz blanc ! bon appétit !

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

Pommes de terre à la grecque

Pomme de terre à la Grecque

	2	4	6
Pommes de terre, en dés	450 g	900 g	1.4 kg
Consombre, en dés	150 g	300 g	450 g
Oignons rouges émincés	20 g	40 g	60 g
Feta en cubes et en marinade	70 g	150 g	200 g
olives noires dénoyautées	30 g	60 g	90 g
Huile d'olive			
Citron jaune	1/2	1	1.5
Sel et poivre			

Préparation : 10 mn Cuisson : 6 mn

Placer les pommes de terre dans le panier vapeur puis dans la cuve avec 20 cl d'eau.
Cuisson
Laisser refroidir puis ajouter les autre singrédients.
Mélanger et servir bien froid.

Quinoa de légumes

Quinoa aux légumes

	2	4	6
Quinoa	120 g	240 g	360 g
Bouillonde légumes	18 cl	34 cl	50 cl
Courgettes, en petits cubes	100 g	200 g	300 g
Huile d'olive	2 cs	4 cs	6 cs
Oignons nouveaux émincés	1	2	3
Carottes, en petits cubes	100 g	200 g	300 g
Poivrons rouges	1/2	1	1.5
Fenouil, en petits cubes	30 g	60 g	90 g
Beurre	10 g	20 g	30 g
Sel et poivre			

2P Préparation : 5 mn Cuisson ; 5 mn
4P Préparation : 5 mn Cuisson ; 6 mn
6P Préparation : 5 mn Cuisson : 6 mn

Préparation:
Verser l'huile dans la cuve
Préchauffage
Faire colorer les oignons, les poivrons, les carottes et le fenouil.
Arrêter de dorer.
Ajouter le quinoa, le bouillon de légumes et les courgettes.
Saler et poivrer.
Cuisson
Après la cuisson
Ajouter le beurre, servir chaud ou froid.

Ratatouille merguez

cookeo

Ratatouille Courgettes Merguez pommes de terre

Ingrédients :

Pour 4 personnes

-
- 1 courgette et demie
- 4-5 merguez
- 4 à 5 pommes de terre
- 1 oignon
- 3 gousses ail
- 500 ml de passata
- tomates, sel, poivre Cayenne, paprika.

- Mettre 3 min en mode dorer les merguez, l'ail et l'oignon.
- Puis ajouter pommes de terre coupées en morceau et la courgette en rondelles
- les 500 ml de passata + sel, poivre Cayenne et paprika
- puis 8 min en cuisson rapide

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

cookeo

Ratatouille et poulet

Ratatouille & poulet

proposée par Cathy Scoth

Ingrédients

Pour 4 personnes
4 cuisses de poulet
2 oignons
5 petites courgettes
3 aubergines
2 poivrons
5 petites tomates
une petite boite de pulpe de tomate

Ce soir j ai revisité la ratatouille
En mode manuel fonction dorer
j ai dorer 2 oignons
En mode cuisson rapide
j ai ajouté 5 petites courgettes 3 aubergines 2 poivrons
et 5 petites tomates une petite boite de pulpe de tomate
10 mns cuisson rapide
j ai ensuite mis par dessus 4 cuisses de poulet et j ai
remis en cuisson 20 mns
c'est impec servi avec de la semoule

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

Ratatouille gourmande

cookeo

Ratatouille gourmande

Peggy Bonanno-Crespel

Ingrédients pour 4 personnes :

- boulettes de boeuf
- 4 saucisses
- 1 sachet de légumes surgelés pour ratatouille
- 4 pommes de terres coupées
- 1 brique de coulis de tomate
- sel poivre

Mettre dans la cuve des boulettes de boeuf et 4 saucisses en mode dorer puis ajouter 1 sachet de légumes surgelés pour ratatouille, 4 pommes de terres coupées, 1 brique de coulis de tomate, sel poivre, cuisson rapide 10 min

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

cookeo

Ratatouille express

Moulinex cookeo

Ratatouille express

Chinese Nonimace

Ingrédients :

pour 4 personnes
-1 sachet de légumes surgelés pour ratatouille
-1 boîte de pulpe de tomates
-1 bouillon cube volaille
-persillade
-ail semoule
-huile d'olive

***mettre un peu d'huile dans la cuve et faire revenir les légumes en mode "dorer" pendant quelques minutes**
***ajouter la pulpe de tomates, le cube, un peu d'ail et de persillade (selon les goûts)**
***remuer et lancer en mode "cuisson rapide" pour 10 min**
Déguster avec des oeufs sur le plat, c'est délicieux

Ratatouille nicoise

cookeo

Ratatouille niçoise et viande hachée

Sandrine Pellot

Ingrédients :

Pour 4 personnes :
- 3 tomates pelées et épépinées coupées en morceaux
- 3 courgettes pelées coupées en cubes
- 1 grosse aubergine pelée et épépinée coupée en cubes
- 2 gros oignons émincés finement
- 1 poivron vert épépiné et coupé en cubes
- 3 gousses d'ail écrasées
- 300 gr de viande hachée
- 1 barquette de lardons nature
- 1 bouquet garni
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- sel et poivre

En mode dorer, faire chauffer l'huile d'olive et mettre les oignons et les lardons à dorer en remuant régulièrement.

Ajouter ensuite la viande hachée, bien mélanger et laisser revenir en remuant. Mettre les tomates et laisser cuire 2 minutes en remuant (toujours en mode dorer). Verser ensuite l'ail, et ajouter les courgettes, l'aubergine et le poivron. Saler, poivrer, mettre le bouquet garni, mélanger le tout.

Passer en cuisson rapide 10 minutes.

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

cookeo

Ratatouille provençale

cookeo

Ratatouille provençale

Nanie Jaune D'oeuf

Ingrédients

Pour 2-3 personnes :

- 1 poivron jaune
- 1 poivron vert
- 1 poivron rouge
- 1 aubergine
- 2 petites courgettes
- 3 ou 4 tomates (selon la taille)
- 1 Echalote
- 2 gousses d'ail
- Huile d'olive
- Herbes de provence
- Sel poivre selon votre goût

Au préalable éplucher et couper tous les légumes. Les réserver séparément. Penser à mettre un peu de citron sur vos morceaux d'aubergine afin d'éviter qu' elles noircissent.
Mettre le cookeo en « mode dorer » avec 2-3 cuillères à soupe d'huile d'olive. Faire revenir 2 petites minutes l'ail et l'échalotte. Ajouter ensuite les 3 poivrons et laissez cuire 3-4 minutes. Ajouter ensuite l'aubergine et laissez cuire à nouveau 3-4 minutes. Mettre les courgette et laissez cuire le tout 7-8 minutes. Ajouter les dés de tomates assaisonnez avec le sel, le poivre et les herbes de Provence. Arrêter le « mode dorer » et régler le cookeo sur cuisson rapide 10 minutes. Fermer, patienter c'est prêt !
Accompagner votre recette de riz et d'une viande.

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

cookeo

Ratatouille

Ratatouille

	2	4	6
Tomates concassées	200 g	400 g	600 g
Aubergines, en petits dés	150 g	300 g	450 g
Courgettes, en petits dés	150 g	300 g	450 g
Huile d'olive	2 cs	4 cs	6 cs
Oignons émincés	1	2	3
Poivrons rouges, en dés	1	2	3
Ail	1 g	2 g	3 g
Basilic frais ciselé	2 cc	4 cc	6 cc
Herbes de provence	1 cc	2 cc	3 cc
Sel et poivre			

2P Préparation : 15 mn Cuisson : 7 mn
4P Préparation : 15 mn Cuisson : 8 mn
6P Préparation : 15 mn Cuisson : 9 mn

Verser l'huile
Préchauffage
Faire colorer les aubergines.
Ajouter les poivrons .
Après 3 minutes, ajouter les oignons puis les courgettes.
Ajouter la concassée de tomates, l'ail et les herbes de provence.
Saler et poivrer
Cuisson
Ajouter le basilic frais ciselé.
Servir !

Ratatouille maison

cookeo

ratatouille maison à ma façon

Enza Brigitte Ludo

Ingrédients :

Pour 3 personnes :
- oignons
- 3 petites courgettes
- 3 tomates
- 1 grosse poignée d haricot vert congeles
- 2 poivrons un vert un rouge couper en lanieres
- 2 gros filets de saumon ou autre
- une cuillère de crème
- une touche de curry
- Ail.
- Sel poivre
- thym.
- kubor
- un demi verre d eau

Faire revenir en mode dorer les oignons, les courgettes, les tomates, lesharicot vert congeles, les poivrons un vert un rouge couper en lanieres ou en cube, sel, poivre, thym, ail, le kubor et poser les 2 gros filets de saumon ou autre selon le goûts de chacun (posés au dessus) Mettre en cuisson rapide 3 mn et mettre une cuillère de crème à la fin.
Selon les goûts mettre une touche de curry.

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

cookeo

Ratatouille à sa façon

Ratatouille à sa façon

proposée par cuisinesab

laver et éplucher les légumes

Ingrédients

pour 4 personnes :

1 aubergine

2 courgettes

1 poivron

1 oignon

1 boite de tomate concassée

150ml de bouillon ail-persil

sel et poivre

1 cuillère à café de fénugrec

émincer l'oignon et le poivron

faire des boules de courgettes et d'aubergine avec une cuillère parisienne

mettre dans la cuve du cookéo tous les légumes

ajouter le sel, le poivre le fénugrec

ajouter le bouillon

faire cuire 5 minutes au cookéo

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

Rillettes saumon wasabi

rillettes saumon et wasabi

	2	4	6
Pavé de saumon	135 g	270 g	400 g
Saumon fumé	25 g	50 g	75 g
Fromage frais	30 g	60 g	90 g
Pâte de wasabi (en tube)	2 cm	4 cm	6 cm
Sel et poivre			

Préparation : 15 mn Cuisson : 4 mn

Préparation :
Placer les filets de saumon dans le panier vapeur
PLacer dans la cuve avec 20 cl d'eau
Emietter le saumon cuit, ajouter les autres ingrédients.
Mélanger. Placer au frais 4 heures .

Rillettes de maquereaux

Rilletes de maquereau

	2	4	6
Filet de maquereau	150 g	300 g	450 g
Echalotte émincées	30 g	60 g	90 g
Crème fraiche épaisse	30 g	60 g	90 g
Vin blanc	5 cl	10 cl	15 cl
Beurre demi-sel	50 g	100 g	150 g
Cerfeuil haché	1 cs	2 cs	3 cs
Câpres	1cc	2 cc	3 cc
Sel et poivre			

2P Préparation : 10 mn Cuisson : 1 mn
4P Préparation : 10 mn Cuisson : 1 mn
6P Préparation : 10 mn Cuisson : 2 mn

Placer les échalottes et le vin dans la cuve.
Préchauffage
Laisser chauffer jusqu'à ce que le vin se soit évaporé.
Faire fondre le beurre, assaisonner et retirer la sauce.
Placer les filets de maquereau dans le panier vapeur avec 20 cl d'eau dans la cuve
Cuisson
Emietter, retirer les arêtes des filets.
Ajouter les échalotes et les autres ingrédients.

Salade au lard

cookeo

salade au lard

Pour 4 pers.
- une scarole
-6pdt
-200gr de lardons
-1 oignon

Faire revenir les lardons, l'oignon et les pdt coupées en dés.
Ajouter la salade, du sel, du poivre.
Cuisson rapide 5 minutes.
Après cuisson, ajouter une cas de vinaigre.

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

cookeo

Salade braisée aux lardons

Salade braisée aux lardons et pommes de terre, épices des Landes de Sandrine Sandrine Pellot

Ingrédients :

Pour 3/4 personnes :

- une grosse batavia lavée, coupée et émincée grossièrement
- une barquette de lardons
- 5 petites pommes de terre lavées, pelées et coupées en dés
- 1 cuillère à café d'épices Landais (ou d'épices de votre choix, à votre gout)
- 2 échalotes émincées
- 1 gousse d'ail écrasée
- 2 cuillères à soupe de sucre en poudre
- 150 ml d'eau
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive

En mode dorer, faire revenir dans l'huile d'olive les échalotes et les lardons. Lorsque ces derniers ont bien coloré, ajouter les pommes de terre en dés et les faire dorer en remuant régulièrement.
Ajouter ensuite la salade, bien remuer l'ensemble, ajouter la gousse d'ail écrasée et les épices landais, saler, poivrer.
Verser l'eau, puis le sucre, mélanger et passer en cuisson rapide 5 minutes.

Salade d'aubergines miel et chèvre

SALADE D'AUBERGINES MIEL ET CHÈVRE

RECETTE DE LAETITIA QUINTIN

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients

3 ou 4 aubergines
3 c. à soupe d'huile d'olive
5 à 6 gousses d'ail
100 ml d'eau
2 c. à soupe de miel
2 c. à soupe de sauce soja sucrée
Poivre
3 palets de chèvre
6 tomates séchées
Quelques branches de coriandre
Un jus de citron (facultatif)

Procédure:

Laver et couper les aubergines en morceaux.
Deposer l'huile dans la cuve du Cookeo.
Ajouter les aubergines, les gousses d'ail en chemise, l'eau, le miel, la sauce soja, le poivre.
Programmer le Cookeo en fonction rapide pour 7 min de cuisson.
Egoutter et laisser tiédir avant de verser les aubergines dans un saladier.
Ajouter au moment de servir le chèvre, les tomates séchées coupées en morceaux, le jus de citron et la coriandre.

Salade d'aubergines à l'échalote

Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

Salade d'aubergines à l'échalote Corinne Garcia

Ingrédients :

Pour 4 personnes :
- 2 oeufs durs
- 4 aubergines
- 4 échalotes
- sel
- poivre
- vinaigre balsamique
- huile d'olives
- (facultatif : 1 poivron rouge grillé et émincé)

- Versez un peu d'huile d'olives dans la cuve du cookéo, émincer et couper en petits dés les aubergines et verser les dans la cuve
- dorez 2 minutes
- ajouter 15 cl d'eau puis 6 mn en cuisson sous pression (ou rapide selon les modèles de cookéo)
- laisser refroidir
- écallier et couper les oeufs en tranches fines et rajouter les aux aubergines
- saler, poivrer
- ajouter les échalotes hachées, ajouter un peu de vinaigre balsamique et rectifier l'assaisonnement si besoin
- servir bien frais avec des tranches de campagne grillées et des lamelles de poivron rouge pour donner un peu de couleur

Salade de boulgour aux herbes

Salade de boulgour aux herbes

	2	4	6
Boulgour	120 g	240 g	360 g
Eau	17 cl	30 cl	47 cl
Vinaigre balsamique blanc	1/2 cs	1 cs	1.5 cs
Oranges (en suprêmes)	1	2	3
Tomate confites émincées	50 g	100 g	150 g
Huile d'olive	25 g	50 g	75 g
Basilic frais ciselé	1 cc	2 cc	3 cc
Estragon frais ciselé	1 cc	2 cc	3 cc
Menthe fraiche ciselée	1 cc	2 cc	3 cc
Ciboulette fraiche ciselée	1 cc	2 cc	3 cc

Préparation : 8 mn Cuisson : 7 mn

Préparation :
Mettre l'eau, la moitié de l'huile, le boulgour et le sel dans la cuve.
Cuisson
Ajouter les tomates, les herbes, l'orange, le reste d'huile et le vinaigre, servir .

Salade de pois chiches

Salade de Pois Chiches

Gwenn Tolentin

Cette recette a été réalisée avec le Cookeo de Moulinex.

Ingrédients :

- ✓ 3 poivrons (1 jaune, 1 rouge et 1 vert)
- ✓ 3 tomates
- ✓ sel/poivre
- ✓ 1 cuillère d'épices orientale
- ✓ 1 boite de pois chiche
- ✓ dès de jambon
- ✓ Ail
- ✓ 1 oignons

Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

Procédure :

En mode dorer, faire revenir les poivrons, les tomates, l'ail, l'oignon.

Ajouter la cuillère d'épices.

Ajouter 80 cl d'eau.

Ajouter les pois chiche préalablement égouttés.

Saler, poivrer et mélanger.

Ajouter les dès de jambon.

Mélanger.

Mettre en cuisson rapide pendant 5 minutes.

Salade d'épautre aux tomates cerises

Moulinex cookeo

Salade d épautre au tomates cerises

Carolina Marigliani

Ingrédients :

Pour 4 personnes:

300gr d'epautre lavé et egoutté,
300gr de tomates cerise,
un petit oignon,
huile d'olive,
safran,
1litre de bouillon vegetale,
sel et poivre.

Mettre l'huile et l'oignon emincé dans le Cookeo et faire revenir avec la fonction dorer, puis rajouter les tomates coupées en quatre et dorer pendant 3mn. Mettre de coté.

Ajouter 1cas d'huile et faire dorer l'epeautre pendant quelque minute, verser le bouillon, le safran, le sel et poivre et cuire en fonction ingredients-cereales-orges 20mn. Egouter, remettre dans la cocotte l'epautre et les tomates , tout melanger et servir.

C'est delicieux et on peut manger chaud ou froid.

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

Terrine de courgettes

Terrine de Courgettes

Cette recette a été réalisée avec le Cookeo de Moulinex.

Ingrédients : Pour 6 personnes environ

- ✓ 1,4kg de Courgettes
- ✓ 2 Oignons
- ✓ 130g de Mie de pain
- ✓ 4 Œufs
- ✓ 1 Bouquet de basilic
- ✓ Un peu de lait

Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

Procédure :

En mode dorer, mettre les légumes avec un peu d'huile. Réduire en purée.

Faire tremper la mie de pain dans un peu de lait et l'ajouter à la purée de courgettes.

Battre les œufs et le basilic et les ajouter aux courgettes.

Beurrer un moule et tout déposer dedans.

Remplir la cuve de 30 cl d'eau, mettre le moule filmé dans le panier vapeur.

Mettre en cuisson rapide pendant 30 minutes.

Bon appétit :)

Terrine de saumon

Terrine de saumon

Cette recette a été réalisée avec le Cookeo de Moulinex.

Ingrédients :

300g de saumon frais

10cl de crème liquide légère

10cl de purée de tomate

3 œufs

Epices: aneth, ail, noix de muscade, paprika, sel

©Recettes Cookeo Dans la joie et la bonne humeur©

Procedure :

Faire cuire dans le panier vapeur le saumon:

7 min cuisson sous pression avec 200ml d eau au fond de la cuve

Dans un saladier émietter le saumon et rajouter tous les ingrédients. Bien mélanger

Verser la préparation dans un moule allant dans le panier vapeur.

Cuire sous pression 30 min avec 200ml d'eau au fond de la cuve.

Manger froid

Vous pouvez servir un coulis de tomate ou une crème avec de l aneth

Terrine saumon courgette

Terrine de Saumon et Courgette

Fanny Mouton

Cette recette a été réalisée avec le Cookeo de Moulinex.

Ingrédients :

- ✓ 3 petites courgettes
- ✓ 4 tranches de saumon fumé
- ✓ 4 œufs
- ✓ 25cl de crème fraîche
- ✓ 20g de farine
- ✓ Feta
- ✓ Sel, Poivre
- ✓ 1c. à café de curry
- ✓ quelques brins de ciboulette ou autres herbes

Procédure :

Couper les courgettes en dès et les faire cuire à la vapeur au Cookeo (environ 5-7 min).

Pendant ce temps, mélanger la crème avec la farine, ajouter ensuite les œufs et fouetter le tout.

Assaisonner avec : sel, poivre, curry et ciboulette ciselée.

Couper en dès le saumon et la feta et les incorporer à la préparation.

Mettre la préparation dans un moule à cake antiadhésif.

Faire cuire le moule 40 minutes à 210°C

Bon appétit :)

Terrine Saint Jacques

Terrine Saint Jacques, Tomate et Asperges vertes

Cette recette a été réalisée avec le Cookeo de Moulinex.

Ingrédients :

Pour 4/6 personnes environ

- ✓ 5 Œufs
- ✓ 5 C à s de Crème Fraiche
- ✓ 2 C à s de Concentré de tomate
- ✓ 1 Boite de petites asperges vertes
- ✓ 200g de petites noix de Saint Jacques
- ✓ Sel, poivre
- ✓ Echalotes
- ✓ Piment d'Espelette
- ✓ Paprika

Procédure :

Tapisser le fond du moule avec les asperges.

Mélanger les œufs, la crème fraiche et le concentré de tomates.

Rajouter les noix de Saint Jacques.

Assaisonner, mélanger délicatement et rajouter dans le moule.

Remplir la cuve de 20 cl d'eau, mettre le moule filmé dans le panier vapeur.

Mettre en cuisson rapide pendant 25 minutes.

A la fin de la cuisson, laisser reposer 10-15 minutes dans le Cookeo couvercle ouvert.

Mettre au frigo puis démouler quand la terrine est bien fraiche.

Tian de légumes sur lit de poissons

cookeo

tian de légumes sur filet de poisson

Pour 4 pers.
- -1 aubergine
- 1 courgette
- 2 tomates
- mozzarella
- huile, sel, poivre, ail, herbes de provence

Couper les légumes en rondelles.
Déposer les filets de poisson au choix dans le panier, mettre les légumes en alternant, mettre une tranche de mazzarella toutes les 2 séries.
Saupoudrer d'herbes de provence, de sel et poivre. Mettre un filet d'huile d'olive, 20 cl d'eau.
Cuisson rapide 10 minutes.

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

cookeo

Tomates farcies

Cookeo Moulinex

Tomates farcies weight watchers

Calories: 273 (1 part) ProPoints: 6 (1 part) Cuisson 8mn

Ingrédients pour 4 personnes

250 g de viande hachée
1 cube de bouillon de bœuf curry
5 tomates
100 g d'oignons congelés
1 tranche de pain
1 œuf
Sel
Poivre
2 cuillères à café de persil déshydraté

Préparation

Coupez des chapeaux sur la tomate et évidez les tomates. Conservez la chair.
Hachez les poignons et la chair de tomates. Déposez le mélange dans un saladier
Puis ajoutez la viande hachée et mélangez avec les oignons, le sel, le poivre, les épices, le persil.
Dans un bol battez l'œuf et mélangez avec la tranche de pain que vous avez émiettée.
Ajoutez les miettes dans le saladier et mélangez.
Ajoutez la farce dans les tomates recouvrez avec les chapeaux.
Placez les tomates dans la cuve du cookeo.
Ajoutez de l'eau et le cube de bouillon de bœuf.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 8 mn
Servez chaud

http://recettescookeo.net/

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

Tomates farcies aux champignons

Cookeo Moulinex

Tomates farcies champignons weight watchers

Préparation 10 *mn* ***Cuisson*** 8 mn **Propoints** 4 **Calories 189**

Ingrédients pour 5 personnes

200 g de bœuf haché
5 tomates
100 g d'oignons congelés
100 g de champignons de Paris congelés
1 cuillère à café de concentré de tomates
1 cuillère à café de thym
1 cuillère à café d'ail déshydraté
1 verre de vin blanc
1 cube de bouillon de boeuf
300 ml d'eau
Sel
Poivre

Préparation

Lavez les tomates et coupez des chapeaux
Evidez les tomates . Placez la chair des tomates ,les oignons, les champignons de Paris dans un hachoir.
Déposez dans un saladier la chair des tomates, les champignons et les oignons hachés puis ajoutez la cuillère de concentré de tomates, le thym, l'ail et la viande hachée.
Salez et poivrez.
Farcissez les tomates creusées .Placez les dans la cuve .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 8 mn
Servez chaud

Tomates farcies façon Kebab

cookeo

Tomates farcies façon kebab tunisien

Ingrédients :

Pour 3 personnes :
- 6 grosses tomates bien fermes,
- 500 gr boeuf haché,
-100 gr gruyère râpé,
- 1 oeuf,
- 2 cs huile d'olive (facultatif),
- 1 tête d'ail,
- 1 oignon,
- sel, poivre (ou épices orientales : 1cc mélange 4 épices, 1cc piment doux [paprika], 1cc curcumin),
- du romarin ou herbes de provence, de la menthe séchée

1) évider les tomates (conserver les "chapeaux" et leur chair)
2) dans un plat, mélanger la viande, le gruyère, l'oeuf entier,l'ail haché, sel poivre (ou l'ensemble des épices), un 'bonne' pincée de menthe séchée émiettée finement
3) remplir généreusement les tomates avec cette farce
4) couper en morceaux les "chapeaux" et la chair des tomates (ne jeter pas le jus) ; verser les dans le Cookeo avec sel, poivre, romarin ou herbes de provence, + 1 oignon coupé fin ; mélanger
5) poser les tomates farcies par dessus cuisson rapide : 7 min

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

cookeo

Tomates farcies riz jambon

cookeo

Tomates farcies riz jambon Vache qui rit

Lilou Moultipass

Ingrédients :

Pour 4 personnes:

- 8 tomates bien fermes
- 4 tranches de jambon hachées
- 10 Vache qui rit
- 180 gr de riz
- 1 cuillère à soupe d'herbes de Provence
- 1 filet d'huile d'olive
- 200 ml d'eau

Dans la cuve, mettre à cuire le riz en mode "riz"
Pendant ce temps, couper les "chapeaux" des tomates, les réserver, vider la chair dans un saladier. Ajouter à la chair le jambon haché, puis les Vache qui rit. Bien mélanger. Ajouter les herbes de Provence, saler et poivrer.
Quand le riz est cuit, le mélanger à la préparation, et farcir les tomates avec, sans oublier de remettre les "chapeaux".
Déposer les tomates dans le panier vapeur, 200 ml d'eau dans la cuve, arroser les tomates du filet d'huile d'olive et cuisson rapide 7 min.

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

cookeo

Tomates farcies

Moulinex cookeo

Tomates farcies

Gigi la Brune

Ingrédients :

Pour 4:personnes

- des grosses tomates
-500g de chair à saucisse nature
-1 gousse d' ail
-1/2 CàC de cumin
-1 branche de romarin
-2 branchettes de thym
-sel ,poivre

Laver ,puis vider les tomates de leur chair .réserver la chair dans un bol.

Dans un saladier mettre la chair à saucisse ,
l' ail réduit en petits morceaux,le cumin,le thym et le romarin finement émietté.Saler ,poivrer et mélanger bien le tout.
faite dorer la chair

apres Remplissez les tomates avec cette farce .
Disposez les tomates farcie dans la cookeo direct dans le faitout

,ajoutez la chair de tomates et un petit verre d'eau.tres peu d eau car les tomete en rejete
Cuire rapide 16min .donc je crois que 10min suffit

Servez accompagné de riz .

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