



LES PLATS 2



Riz cantonnais

Jeanne Calvet

Ingrédient (6 personnes environ) :

450 g de riz thaï

550 g d'eau

Un petit verre à moutarde de petits pois
fins surgelés

Un saucisse chinoise sèche

3 tranches de jambon

2 oeufs

Coriandre

Oignon

Marmite de bouillon de volaille

1,5 c à c de glutamate

2 c à s de sauce soja claire (non sucrée)

1 c à s d'huile neutre

Ciboulette

Préparation :

Mettre le riz, l'eau, les petits pois et la saucisse dans la cuve et mettre en cuisson rapide (moitié du temps indiqué sur le paquet de riz).

Faire une omelette avec les oeufs. Découper le jambon et l'omelette en dés.

Ciseler la coriandre et l'oignon (une poignée de chaque).

Une fois le riz cuit sortir la saucisse et la couper en morceaux.

Passer en mode "mijoter" ou "maintient au chaud", verser la marmite de bouillon diluée dans un filet d'eau. Bien mélanger.

Mettre le jambon, la saucisse, les oeufs, le glutamate, la sauce soja, l'huile neutre et la ciboulette. Bien mélanger

Au moment de servir mettre la coriandre.

POULET AUX ASPERGES

LARD FUMÉ, OIGNONS ET CRÈME AU CURRY



INGRÉDIENTS POUR 2 PERSONNES

- 6 aiguillettes de filet de poulet (environ 250 g)
- 6 fines tranches de lard fumé
- 2 petits oignons
- 10 cl de crème liquide
- 1/2 cuillère à café de curry
- 1/2 cuillère à café de thym
- 1 petit bocal d'asperges vertes
- Sel, poivre
- 1 noix de beurre

RECETTE

- Couper le poulet en aiguillettes.
- Enrouler chaque aiguillette dans une tranche de lard.
- Couper l'oignon en morceaux.
- Mode doré : faire revenir l'oignon, la 1/2 cuillère de curry et la 1/2 cuillère de thym dans du beurre pendant quelques instants.
- Y ajouter les aiguillettes et les faire dorer très rapidement.
- Mode cuisson rapide : Fermer le Cookéo et lancer une cuisson de 3 minutes.
- Pendant ce temps, couper les asperges égouttées en morceaux.
- A la fin de la cuisson, ajouter la crème liquide et les asperges. Mélanger.
- Mode maintien au chaud : 1 à 2 minutes pour que la crème et les asperges se mélangent bien au reste.

C'EST PRÊT !

A servir avec du riz ou des petites pommes de terre vapeur. C'est un régal !

Coquillettes knakis/curry/tomates

Pour 2 pers.

- 250 g de coquillettes
- 225 ml d'eau
- 1cac de curry
- 1cas bien pleine de crème fraîche
- 4à5 tomates cerises
- Sel /poivre

Dans le fond de la cuve mettre les coquillettes,l'eau puis la crème fraîche , le curry les tomates coupées en morceaux et les saucisses,le poivre et le demi cub or , mélanger le tout .

Puis prendre le programme « ingrédient » « blé » 300 g, puis cuisson 3 mins.

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

FILET MIGNON A LA MOUTARDE ET POMMES DE TERRES

RECETTE DE ALEX LYVE

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingédients :

- 1 filet mignon
- ail (1 petite gousse)
- 250 ml d'eau
- 1 marmite de bœuf ou un bouillon
- 3 cuillères a soupe de moutarde a l'ancienne
- 1 cuillère a soupe de moutarde traditionnelle
- 8 a10 grosses pomme de terres
- herbes de Provence
- 1 briquette de crème liquide
- un peu de maïzena



Procédure:

faire dorer le filet
mignon avec 1 cuill a soupe d'huile
*mettre l'ail
pressé, les herbes de provence, l'eau, le
cube délayé, les pommes de terre, cuis-
son
rapide 20 mn
*dans un
saladier, mélanger la crème liquide, les 2
sortes de moutardes, et un peu de
maïzena ,mettre la préparation dans la
cuve, bien mélanger
*a table !!!!

Pilons de poulet sauce crème fraîche à la tomate

Ingrédients pour 4 personnes :

12 pilons de poulet

Persillade (persil, échalotte, ail)

50 cl de crème fraîche légère

2 tubes de concentrés de tomates (150g)

Huile d'olive

Sel/Poivre

Préparation :

Mettre votre Cookeo en mode dorer et ajouter tout de suite les pilons, l'huile et la persillade. Faire revenir pendant 3 minutes.

Pendant ce temps, dans un saladier mélanger la crème fraîche, le concentré de tomates, sel et poivre.

Une fois le dorage terminé, ajouter la préparation à la tomates et un peu d'eau dans la cuve et faire cuire 10 minutes en mode cuisson rapide.

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

cookeo

COURGETTE/TOMATE/BOULGOUR/QUINOA/MOZZARELLA

- 3 petites courgettes épluchées
- Bacon en allumettes
- ail/oignon en poudre/basilic
- 1 verre 1/2 de mélange tipiak (quinoa/boulgour)
- coulis de tomates
- 1/2 cube de bouillon de volaille
- 2 verres d'eau
- mozzarella

Faire revenir les courgettes, ail et oignon.

Tout mettre dans la cuve, sauf la mozzarella, cuisson rapide 8 mins.

A la fin, mettre la mozzarella coupée en morceaux, cuisson rapide 2 mins. Mélanger.

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

COURGETTES FARCIES À LA MAROCAINE

KARINE GOVEHO VITE

Ingrédients pour 4

4 courgettes
300g de bœuf ou agneau haché
1 oeuf
2 oignons
2 gousses d ail
3 cs d huile d olive
50g de pignons de pin
50g de raisins secs
1 cc de ras el hamout



Procédure:

Lavez, découpez un chapeau sur les 4 courgettes, retirez la chair avec une petite cuillère. Réservez. Pelez et hachez 2 oignons et 2 gousses d ail, mettre à chauffer avec 3 cuill a soupe d huile d olive, 300 g de bœuf ou agneau hachés, la chair des courgettes, mettre dans le cookeo fonction dorer pendant 5 min. Transférez dans un saladier, y ajoutez 50 g de pignons de pin, 50 g de raisins secs, 1 c.c de ras el hanout, 1 oeuf, sel, poivre. Mélangez et farcir les courgettes. Les déposer dans le cookeo avec un petit verre d'eau dans le fond de la cuve, cuisson rapide pendant 5 min.



Photo Christelle Smail

Paupiettes chorizo mozzarella

Lilou Merveilles

Ingrédients :
Pour 6 personnes

6 escalopes extra fines
1 boule de mozzarella
12 tranches de chorizo (doux ou piquant selon goût)
Origan, sel, poivre

Cookeo dans la joie et la bonne humeur

Préparation :

Mettre les escalopes à plat, disposer dessus une tranche de mozzarella, 2 tranches de chorizo, de l'origan, du sel et du poivre.

Rouler dans du papier transparent cuisson (type micro ondes).

Mettre 200 ml d'eau dans la cuve, poser les paupiettes dans le panier vapeur.

Cuisson rapide (sous pression) 10 min.

Paupiettes de porc a l'ananas

Elise Bigouden



Ingédients :

pour 4 pers :

4 paupiettes de porc,
une petite boîte de dés d'ananas,
1 oignon émincé,
sel, poivre.

Verser tout les ingrédients dans la cuve y compris le jus d'ananas de la boîte.

Faites dorer le tout 5 min puis cuisson rapide 15 min.
On peut servir avec du riz, c'est parfait

Les 3 C : Courgette, Chorizo, Chèvre

Ludivine Zommer

Ingrédients :

Pour 2/3 personnes :

- 1 grosse courgette ou des courgettes de taille normale
- 1 chorizo complet (environ 20 à 30 rondelles)
- 1 bûche de chèvre complète coupée en rondelles
- Trois cuillères à soupe de crème fraîche
- Du paprika
- De l'estragon
- Un morceau de beurre
- De l'huile d'olive

Couper la ou les courgette(s) en gros dés après avoir enlevé le coeur si ce sont des grosses courgettes. En mode dorer, faire revenir les dés de courgettes avec un peu de beurre et de l'huile d'olive. Après 3 à 4 mins de cuisson, ajouter les rondelles de chorizo. Après 9mins, passer en cuisson rapide 3 mins en ajoutant la bûche de chèvre, deux grosses cuillères à soupe de crème fraîche ainsi que les épices selon vos goûts. Lorsque la cuisson est terminée, ajouter une dernière cuillère à soupe de crème fraîche. Servir avec des frites

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

cookeo

Poulet aux poivrons et oignons

Cecile Merat



Ingrédients :

pour 4 personnes

- 4 hauts de cuisse de poulet
- 2 oignons (ou oignons surgelés)
- 3 poivrons
- 2 cuillères à soupe de coulis de tomate
- 1 tablette de bouillon de boeuf
- 1/4 de litre d'eau
- sel poivre

en mode dorer : faire revenir les poivrons coupés en morceaux, les oignons pendant 3 minutes

ajouter les hauts de cuisse de poulet en mode cuisson rapide (20 minutes) : ajouter le reste des ingrédients

servir avec du riz (c'est tout simple mais c'est excellent)



Aiguillettes de poulet aux légumes 4PP

Sonia Bommersbach

Ingrédients : pour 4 personnes

600 g de blancs de poulet
1 poivron jaune
1 poivron rouge
1 poivrons vert
450 g de courgettes
1 petit oignon
3 cs de crème à 15 %
150 ml d'eau
2 kub'or
sel poivre



Préparation :

Couper le poulet en aiguillettes, réserver.

Mettre le cookeo en mode "dorer" et pendant le préchauffage faire revenir le poulet et l'oignon émincé.

Couper les poivrons en lamelles et les courgettes en cubes.

Une fois le poulet doré rajouter les légumes dans la cuve.

Verser l'eau et ajouter le kub'or.

Passer en cuisson rapide 10 minutes.

A la fin de la cuisson rajouter la crème en mode "dorer" pendant 1 minute en remuant.

Rectifier l'assaisonnement.

csb

RIZ et ses copines fumées

Denise Bohnenberger

Ingrédients :

Pour 2 personnes :

- 200G de riz
- 2 saucisses fumées
- 1 marmite de bouillon
- épices à riz
- eau
- 1 tomate
- lardons de bacon

En mode dorer faire revenir les lardons fumés, ensuite mettre les 2 saucisses, la tomates coupées en deux.

Ensuite ajouter le riz bien mélanger mettre la marmite de bouillon et les épices, couvrir d'eau et mettre en cuisson rapide 9 min.

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

cookeo

Chipolatas et gnocchis

Linda Ison



Ingrédients :

Pour 3 personnes

6 chipos ou autres
Gnocchis (au piffomètre)
400 ml purée de tomates
200 ml crème liquide
Persillade

Mettre tous les ingrédients
dans notre ami fidèle et
cuisson rapide 6 min

Poêlée de champignons, pâtes et cordons bleus

Merine Doubre

Ingédients :

1 barquettes de champignons frais de Paris
2 verres de pâtes à cuire à la poêle
2 cordons bleus
1 échalote fraîche ail hyophilise
sel
1/2 briquette de crème fraîche semi épaisse

Recette:

En mode dore huiler la cuve
Mettre les champignons et l'échalote saler dorer.
Ajouter la crème fraîche
Réserver ensuite
Verser les pâtes à cuisson à la poêle les faire
dorer jusqu'à ce qu'elle colorent verser un
volume d'eau laisser cuire 5/6 min
Pour moi c'était pas cuit donc j'ai faire en mode
cuisson 1 min les pâtes une fois cuit vider l'eau
ajouter les champignons bien mélanger
ajouter le cordon bleu faire cuire
voilà c est prêt !

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

Pâtée de chou

Gambiez Nathalie



Ingédients :

pour 6 pers

1.200gr de chou blanc

4 grosses pommes de terre

500gr de lardon

3 ou 4 petites saucisses fumees

6 saucisses sosiski

En mode doré : L'oignon, l'ail et
mettres la viande dans le cookéo sauf
les saucisses sosiski

Pendant 4minutes.

Ensuite mettre le chou (coupée en
lamelle) Et les pommes de terre
couper en 4. Ajouter 3 verres d'eau
puis sel et poivre

30minutes cuisson rapide.

Délicieux et bon appétit

CHOUX FLEURS AUX LARDONS

MUREILLE VOITURON

Ingrédients

choux fleurs frais.

200 gr lardons.

200ml creme fraiche semi epaisse.

1 c a café de colombo.

3 vache qui rit.

150 ml d eau.



Procédure:

cuire en mode vapeur programmé ds cookéo
al dente.

ensuite vider eau et faire revenir lardons.

ajouter choux fleurs et le reste des ingredients
melanger et cuisson rapide ou sous pression 3
mn.

ps: choux fleurs congelés passer etape vapeur
et un peu moins d eau.

BON APPETIT



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 boîte 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 boîte 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

Boeuf tomate au riz

Anthony Guyon



Ingrédients :

2/3 pers :

6 gros morceaux de bourguignon

2 petites boites de concentré de tomate

1 cube maggi

huile eau sel

riz

coupez le boeuf en morceaux
mettre de l'huile quand elle est
chaude ajouter le boeuf le faire
dorer puis ajouter le cube
maggi le concentré de tomate
de l'eau pour recouvrir la
viande du sel

mettre en mode cuisson rapide
10 mn vérifier et rajouter de
l'eau si besoin accompagner
avec du riz

Poulet à l'orange

Lilou Moultipass

Ingédients

Pour 4 personnes

- 4 pilons de poulet
- 4 hauts de cuisse
- 8 tranches fines de lard
- 1 échalotte
- 7 oranges
- 1 carotte en rondelles fines
- 1 citron vert
- ail, persil, sel, poivre
- 1 petite brique de vin blanc sec
- beurre et huile d'olive

Enrouler une tranche de lard autour de chaque morceau de poulet fixée par un cure dent.
Deposer dans une boîte, arroser avec le jus de 2 oranges et du citron, ajouter l'ail, le persil, le sel, le poivre, arroser avec le vin blanc, ajouter l'échalotte émincée et la carotte. Fermer la boîte secouer pour mélanger et mettre au frigo 1 heure.

Couper les oranges restantes en rondelles moyennes, réserver.

Ensuite mettre à dorer les morceaux de poulet dans la cuve du cookeo avec le beurre et l'huile d'olive. Une fois doré, ajouter la marinade complète et passer en cuisson rapide 10 min.

Ajouter ensuite les rondelles d'orange mélanger et fermer sans remettre à chauffer.

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

cookeo

Quenelles sauce tomate

Chris Loxi



Ingédients :

(2/3 personnes) :

12 quenelles,
2 échalotes,
olives vertes,
champignon de paris (200gr),
coulis de tomates (400gr),
thym,
sel poivre
1 sucre

en mode dorer faire revenir les échalotes,
les champignons et les olives avec un peu
d'huile d'olive, puis ajouter le coulis, le
sucre, sel, poivre, thym, ajouter 30cl d'eau
puis les quenelles et envoyer 10 min mode
cuisson rapide

Joue de porc au cidre

Nath Lav



Ingédients :

Pour 4 personnes
800 gr de joue de porc
70 gr lardons
ou allumettes de bacon
Échalotes
250ml de cidre brut
100 ml bouillon de légumes
Poivre, thym

Suivre mode recette bourguignon
Accompagner avec pommes de
terres ou pâtes
Très bon aussi avec de la bière
Super moelleux



Courgettes rondes farcies

proposée par cuisinesab



Ingrédients

pour 6 courgettes :

6 courgettes rondes

350g de viande de boeuf hachée

150g de chair à saucisse

6 petites cuillère à café de riz rond

persil

oignon

sel et poivre

1 pincée de piment d'espelette

laver les courgettes

coupe le chapeau et les vider

dans un saladier mélanger les viandes, l'oignon haché et le persil

saler et poivrer

ajouter le piment d'espelette

au fond de chaque courgette disposer une cuillère à café de riz

rond (je trouve que ça permet que la courgette se tienne mieux à la

cuisson, le riz absorbant l'eau de la courgette)

remplir les courgettes du mélange de viandes

remettre le chapeau de chaque courgette

faire cuire 12 minutes au cookéo en cuisson rapide

www.cookeojbh.fr

Riz au curry et raisins

Lili Bou

Ingrédients :

Pour 6 personnes.

- 600 grs de blancs de poulet découpés en dés
- 1/2 paquet de raisins secs
- 400 gris de riz
- petit pot de crème fraîche
- Curry.

Faire revenir le poulet dans un peu d'huile. Ajouter les raisins préalablement trempés. Faire encore dorer quelques minutes.

Ajouter le riz, une bonne dose de curry et recouvrir d'eau.

Cuisson rapide 8mn.

Ajouter la crème, mélanger, et maintien au chaud quelques minutes.

Sauté de veau au chorizo

Ingrédients (pour 6 personnes) :- 1 kg de sauté de veau

- 1 chorizo (doux ou extra fort selon votre goût)
- 2 boîte de pulpe de tomate
- 1 pot d'olives vertes dénoyautées
- 4 oignons
- un bouquet de basilic
- un bouquet garni
- 1 gousse d'ail

Préparation de la recette :

En mode dorer, faire revenir veau et oignons émincés jusqu'à coloration. Ajouter le chorizo en rondelles (oter sa peau), puis la pulpe de tomate, le basilic haché et enfin les olives.

Cuisson rapide de 30 minutes environ.

Ce plat est encore meilleur préparé la veille et réchauffé le jour même.

Sauté de porc au salami

Ingrédients (pour 6 personnes) :- 800 g de porc (échine ou filet)

- 150 g de salami
- 2 boîtes de pulpe de tomates
- 1 sachet d'olives vertes dénoyautées
- 2 oignons
- 1 gousse d'ail
- basilic, laurier, thym
- paprika, poivre

Préparation de la recette :

Cookéo en mode dorer, faire revenir les oignons émincés et l'ail. Ajouter le porc découpé en dés en remuant de temps en temps.

Lorsque la viande est un peu colorée, ajouter le salami en rondelles (sans peau), puis la pulpe de tomates, les herbes, les épices et les olives.
Cuisson rapide de 30 minutes.

Terrine de Porc et Foies de Volaille



*Cette recette a été
réalisée avec le
Cookeo et le Compa-
nion de Moulinex
mais rien ne vous
empêche de la faire
avec un autre robot.*



Ingrédients : Pour 8 personnes environ

- ✓ 250g de foies de volaille confits
- ✓ 1 oignon
- ✓ persil
- ✓ 2 feuilles de laurier
- ✓ thym
- ✓ 1/5 verre de porto blanc
- ✓ 500g de chair à saucisses
- ✓ 1 œuf
- ✓ Des noisettes (facultatif)

Procédure :

Faire revenir 250g de foies confits (possible avec du foie frais) dans le cookeo avec du thym et 2 feuilles de laurier, puis ajouter 1/2 verre à moutarde de porto blanc et laisser macérer pendant 15 minutes dans le cookeo éteint et fermé (réalisable dans un faitout ou une casserole avec couvercle).

Pendant ce temps hacher (avec la lame ultrablade) dans le Companion 1 oignon et du persil.

Puis ajouter 500g de chair à saucisses et continuer à hacher.

Ajouter un œuf puis le foie de volaille avec leur jus de porto (retirer les branches de thym et les feuilles de laurier et à nouveau hacher le tout.

Facultatif ajouter des noisettes.

Saler et poivrer (je ne sale pas en ce qui me concerne).

Mettre dans une petite casserole sans manche ou un moule de 18cm

Mettre 200ml d'eau dans le fond de la cuve du cookeo et installer le panier vapeur. Mettre le moule dedans et cuisson rapide 15mn. (couvrir le moule de film pour éviter les retombées d'eau dûes à la condensation)

A la fin de la cuisson, laisser reposer au moins 30mn dans le cookeo entrouvert puis démouler et mettre au frigo pour la nuit !

Poulet aux Poireaux et au lait

Par Stéphanie Brygier



Ingrédients :

Pour 2 personnes environ

- ✓ 2 Blancs de poulet (ou cuisse)
- ✓ 1 oignon
- ✓ Des poireaux émincés
- ✓ Un verre de lait
- ✓ Du bouillon de volaille

Procédure :

Faire revenir le poulet avec un oignon en mode Dorer.

Ajouter des poireaux émincés, un verre de lait et du bouillon de volaille.

Mettre en cuisson rapide pendant 10 minutes.

Si besoin épaissir la sauce avec de la Maïzena.

Bon appétit ☺



Poulet coco

proposée par Pierre Gucugnot



Ingrédients

Pour 4 personnes

3 à 4 filets de poulet coupés en dés

1 oignon coupé en dés

Une boîte de lait de coco

1 à 2 CAS de coco râpée

1 CAC de curry

1/2 CAC de piment d'espelette

1 CAC d'ail semoule

1 poignée de noix de cajou

Huile végétale / Poivre et sel

1 CAC de fécule de pomme de terre ou de maïs

En mode manuel > fonction dorer

Faire dorer les dés de poulet dans le Cookeo

Ajouter les dés d'oignon et laisser dorer quelques minutes en remuant poivrer et saler mais pas trop, les noix de cajou étant généralement très salées

Mouiller avec le lait de coco

Ajouter le reste des ingrédients et bien mélanger

Passer en mode cuisson rapide environ 10 minutes

Juste avant de servir, ajouter les noix de cajou (afin qu'elle gardent leur croquant), et rectifier l'assaisonnement

La coco râpée n'est pas obligatoire mais donne plus de saveur et permet d'épaissir la sauce (comme la fécule)

Servir avec du riz blanc ; bon appetit !

POÊLÉE DE POMMES DE TERRE

LARDONS, PETITS POIS



INGRÉDIENTS POUR 2 PERSONNES

- 300 g de petites pommes de terre
- 200 g de petits pois surgelés
- 50 à 100 g de lardons fumés
- 10 cl de fond de veau
- Un peu de crème fraîche
- Sel, poivre

RECETTE

- Couper les petites pommes de terre en grosses tranches en conservant la peau.
- Mode dorer : faire revenir dans un peu de beurre les pommes de terre, les petits pois et les lardons.
- Mode cuisson rapide : Ajouter le fond de veau et lancer une cuisson de 6 mn.
- A la fin de la cuisson, ajouter un peu de crème fraîche (facultatif), saler, poivrer.

C'EST PRÊT !

A agrémenter selon vos goûts : épices, oignons... !



POULET AU MARSALA WW

RECETTE COOKEO WW

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients 4 personnes (8PP la part)

2 CS de farine
4 blanc de poulet
1 CC d'huile d'olive
1 gousse d'ail pelée et écrasée
120ml de marsala
6 CS de fraîche à 5%
1 boîte de champignon de paris
1 Cs de persil
150ml de bouillon de volaille
Sel et poivre



Procédure:

Mettre la farine, les aiguillettes de poulet, le sel et le poivre dans une boîte culinaire.

Fermer hermétiquement. Secouer pour enrober la viande farine. En mode dorer mettre l'huile d'olive et faire revenir le poulet avec l'ail environ 4mn. Ajouter le marsala, le bouillon, les champignons, le persil et la crème.

Mélanger et mettre en cuisson rapide 10mn. Ajuster en sel et poivre. Epaissir la sauce avec de la sauceline ou maïzena si besoin.

Riz et calamars saveur du sud

Vinie Poupet

Ingédients :

- 300 g de calamars (surgelés)
- 3 poivrons coupés en lamelles (vert, jaune, rouge)
- 5 petites carottes coupées en julienne
- 1 oignon émincé
- 1 marmitte de bouillon aux légumes
- 400 ml d'eau
- 150g de riz basmati
- sel, poivre

En mode DORER, faire revenir les oignons et les poivrons dans un peu d'huile d'olive puis mettre les carottes à suer quelques min.

Réserver dans un saladier.

Faire dorer ensuite les calamars, s'ils rendent encore de l'eau, les passer à la passoire et récupérer le jus avant de réserver dans le même saladier que les légumes.

Dans un verre doseur, mesurer 400ml (eau + jus des calamars)

Mettre le riz dans le fond de la cuve avec la marmitte de bouillon de légumes et les 400ml de liquide.

Ajouter les légumes et le calamars puis remuer.

Cuisson rapide 12 min



Pommes de terre aux endives

proposée par Mam sèle Joëlle



Ingrédients

1 kg de pommes de terre,
500/600 gr endives,
un gros oignon,
un paquet de lardons fumés,
sel, poivre.....

En mode manuel > dorer

faire dorer oignons émincés et les lardons, ensuite
ajouter les pommes de terre coupées en quartier,
les endives coupées aussi, saler un peu (attention
aux lardons fumés) poivrer,

cuire 14 mn : cuisson rapide ! bon appétit !!!

FILET MIGNON DE PORC MIEL CURRY**POUR 4 PERSONNES****PRÉPARATION 10 MIN/CUISSON 20 MIN**

800 GR DE FILET MIGNON OU SAUTÉ DE PORC

COUPÉ EN CUBES D ENVIRON 25GR

UN GROS OIGNON ÉMINCÉ

UNE BELLE C A S DE CURRY

2 C À S DE MIEL

8 BELLES POMME DE TERRES COUPÉES EN
MORCEAUX4 PETITES COURGETTES À COUPER EN MORCEAU PAS
TROP FINS

130 ML D EAU

UN BOUILLON FAIT TOUT

SEL /POIVRE

2 C A S DE CRÈME FRAICHE

SI BESOIN SAUCELINE

EN MODE DORER FAIRE REVENIR LE PORC FARINÉ
, LES OIGNONS , AJOUTER LE MIEL ET LE CURRY ,
LAISSER ENCORE UN PEU DORER , AJOUTER TOUT
LE RESTE ET EN CUISSON SOUS PRESSION
20MIN , ON PEU REMPLACER LE PORC PAR DU
POULET (PILONS OU FILET) DE L AGNEAU DE LA
DINDE ...AJOUTER LA CRÈME UNE FOIS LA
CUISSON TERMINÉE ET AJUSTER LA SAUCE À
VOTRE GOUT AVEC LA SAUCELINE

DE MÉLANIE PRIMAULT

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

Poulet au cacahuètes

Laëtitia Hanvic

Ingrédients :

Pour 8 personnes

- * 16 pilons de poulet
- * 3 beaux oignons
- * 3 gousses d'ail
- * 2 tomates
- * 3 grosses C à S de Dakatine (beurre de cacahuète)
- * 2 poignées de cacahètes
- * 2 C à C piment
- * 2 tomates
- * 200 ml de lait de coco
- * 1/2 citron vert pressé
- * 2 C à C gingembre
- * 2 C à C de concentré de tomate
- * 2 C à C de sauce soja
- * 2 C à C de combava (facultatif si vous en avez pas)
- * 400ml d'eau, Huile, Sel, poivre

- Faire macérer avec l'huile , le sel et poivre, le piment, le gingembre, le combava, la sauce soja et le jus de citron.
- Réservez au frais pendant 2 heures.
- Faire dorer vos morceaux de poulet avec un peu d'huile de macération puis les réserver
- Faire revenir les oignons et l'ail haché
- Ajouter les tomates coupées en petits dés et laisser un peu confire.
- Versez l'eau 400ml et remuez.
- Rajouter le beurre de cacahuètes , les cacahètes , le concentré de tomate et le lait de coco,
- Remuez , salez, poivrez.
- Puis remettre le poulet
- Laisser cuire environ 10min en cuisson rapide

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

cookeo

Nouilles poulet sucré / salé

Lucàs Nàthan

Ingédients :

Pour 4 personnes :

- 1 sachet de nouilles aux oeufs
- 4 blancs de poulet (ou aiguillettes)
- 2 poivrons (vert et rouge)
- 1 boîte de champignons
- 1 oignon
- soja sucré
- soja salé
- un peu de farine
- huile d'olive

Emincer les poivrons, oignons et champignons, faire dorer le tout dans de l'huile d'olive puis réserver.

Couper de poulet en dès et soupoudrer de farine et faire dorer dans l'huile d'olive.

Ajouter le soja sucré et salé selon les goûts.

Remettre le tout dans la cuve et mélanger.

Faire cuire les nouilles à part (cookeo ou autre)

Mélanger le tout et ajuster l'assaisonnement avec le soja en fonction des goûts.



Bœuf a la tomate

Proposée par Lolo Fri



Ingrédients

800g bœuf à bourguignon en morceaux
1 oignon émincé
2 carottes en fines rondelles
Olives vertes et noires en rondelles
Cornichons en rondelles
150ml vin blanc
1 CS d'huile d'olive
1 boîte de chair de tomates en dés
1 CS de maïzena saupoudrée sur le reste

Utiliser le programme "bœuf bourguignon"
du Cooker

Je l'ai servi avec de la polenta : trop bon!!!
Miam

Sauce aux poireaux fondus et poulet

Mylène Vervesca

Ingrédients :

Pour 6 personnes :

- 5 gros poireaux entiers
- 4 grosses escalopes de poulet
- 1 briquette de crème fraîche
- 2 cuillères de fond de volaille
- 2 cuillères à soupe de farine ou maïzena
- sel poivre

Couper vos escalopes en petits morceaux et les mettre à dorer dans la cuve avec quelques gouttes d'huile d'olive.

Pendant que ça dore (remuez quand même de temps en temps) lavez et coupez vos poireaux .

Une fois dorés, ajoutez les poireaux + 200 ml d'eau + 2 cuillères de fond de volaille délayée + 1 briquette de crème.

Mélangez le tout. Saler et poivrer.

Puis mettez en cuisson rapide 10 minutes.

Pendant ce temps préparer votre accompagnement (pâtes / riz / pdt ...)

Une fois que vous aurez entendu Psssshhhh et senti cette merveilleuse odeur ouvrir votre cookeo. Mettre 2 cuillères à soupe de maïzena dans un verre d'eau froide et remuer bien. Verser ce verre de maïzena dans votre cuve et remettez 2 minutes à dorer pour épaissir et lier votre sauce.

Voilà c'est prêt ...

C'est un régal sain et peu calorique !!



Pommes de terre, endive, bacon et cancoillotte

Mafamille Mavie

Ingrédients pour 3/4 personnes :

4 endives
400 g de pommes de terre
150 g de bacon ou de râpé de jambon
125 ml de vin blanc
60 g de cancoillotte
Sel
Poivre

Préparation :

Emincer les endives, éplucher les pommes de terre et le couper en cubes.

Les faire dorer pendant 2 min (mode "dorer").

Faire cuire en cuisson rapide (sous pression) pendant 10 min.

A la fin de la cuisson remettre en mode "dorer" et ajouter la cancoillotte et laisser fondre quelques instants.

edib

Rôti de porc aux mirabelles

Marie Lelièvre

Ingédients :

- 1 rôti de porc de 1kg environ
- 300 gr de mirabelles
- 1 oignon
- 1 échalote
- 2 verres de vin blanc
- 1 marmite de jus de rôti
- 100 ml d'eau

Faire dorer le rôti sur toutes les faces.

Réserver

Faire dorer l'oignon et l'échalote puis ajouter le vin blanc.

Remettre le rôti, ajouter l'eau et la marmite, remuer. Mettre les mirabelles dénoyautées par dessus, on peut selon les goûts de chacun ajouter a peine de liqueur de mirabelle.

Cuisson rapide 40 mn a ajuster en fonction du poids du rôti.

rouelle de porc à la bière

www.cookeojbh.fr

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

1kg de rouelle en morceaux

Sel, poivre

Thym

1 oignon émincé

1 gousse d'ail écrasée

30cl de bière

Procédure :

*Mettre le cookeo en mode
ingrédients > viande > porc*

Faire dorer la viande

*Ajouter le reste des ingréd-
ients*

*Mettre en cuisson en suivant
le temps préconisé*

Filet mignon à la crème de moutarde

Manue Lhotelier



Ingédients :

Pour 4 personnes :

- 800g de filet mignon
- 20cl de vin blanc
- 3 cuillère à soupe de moutarde
- 30cl de crème fraîche
- 25g de beurre

En mode manuel.

Mettre, dans le Cookeo, le beurre et le laisser roussir.

Faire rotir le filet mignon sur toutes les faces.

Une fois le filet mignon bien doré, mettre de l'eau (environ 20 cl).

Fermer le Cookeo et laisser cuire 20 minutes.

Pendant ce temps, dans un grand bol, mélanger la moutarde avec le vin blanc. Il faut que le mélange soit lisse.

Une fois le filet mignon cuit, verser ce mélange vin blanc-moutarde dans le Cookeo avec le jus de cuisson. Bien mélanger.

Laisser de nouveau mijoter pendant 15 minutes.

J'ajoute la crème fraîche liquide en fin de cuisson car j'ai peur que cela caille.

J'ai servi ici avec des tagliatelles fraîches.....

Bon appétit!

RIZ INDIEN AU POULET

RECETTE DE **PATRICIA PAIN**

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients Pour 2/4/6 personnes:

100g/200g/300g de riz basmati

24cl/48 cl/72cl d'eau

20 gr/40 gr/60 gr de beurre clarifié (ou
beurre)

150 gr/300 gr/450 gr de filets de poulet en
morceaux

50 gr/100 gr/ 150 gr d'oignons émincés

2cm/3cm/4cm de bâton de cannelle

1/2 fleur/1 fleur/1 fleur de

Badiane

2/3/4 feuilles de laurier

sel et poivre



Procédure:

Placer tous les ingrédients dans la cuve.
Mélanger. Cuisson sous pression ou cuis-
son rapide 5mm, puis servir.

CHOUCROUTE A PARTIR DE CHOUX CRUE

RECETTE DE **MANU MOULUN THOMAS DESPRES**
COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients pour 4 personnes :

- 1 kg de choucroute crue
- 800 g de pommes de terre
- 1 tranche de lard (environ 150 g)
- Du carré fumé cuit (environ 350 g)
- 300 g de saucisson à l'ail
- 4 knacks d'Alsace
- 1 carotte
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- 4 feuilles de laurier
- 25 cl de vin blanc
- Poivre.



Procédure:

La préparation :

- 1.Éplucher et émincer l'oignon. Éplucher et couper la carotte et l'ail en petits morceaux.
- 2.Rincer la choucroute crue à l'eau bouillante.
- 3.Mettre les oignons et l'ail dans la cuve du Cookeo.
- 4.Ajouter la choucroute crue, le lard, le carré fumé, le saucisson la carotte, le vin blanc, les feuilles de laurier. Poivrer.
- 5.Sélectionner le programme "fonction rapide" pour 20 mn.
- 6.Ajouter les pommes de terre et programmer à nouveau pour 10 mn de cuisson.
- 7.Pendant ce temps, faire cuire les knacks dans une casserole.

Poulet aux poivrons et oignons

Cecile Merat



Ingrédients :

pour 4 personnes

- 4 hauts de cuisse de poulet
- 2 oignons (ou oignons surgelés)
- 3 poivrons
- 2 cuillères à soupe de coulis de tomate
- 1 tablette de bouillon de boeuf
- 1/4 de litre d'eau
- sel poivre

en mode dorer : faire revenir les poivrons coupés en morceaux, les oignons pendant 3 minutes

ajouter les hauts de cuisse de poulet en mode cuisson rapide (20 minutes) : ajouter le reste des ingrédients

servir avec du riz (c'est tout simple mais c'est excellent)

PAD THAÏ poulet /crevette / tofu

Georgette Marchais

Ingédients :

Pour 4 personnes:

- 400 g viande ou tofu ou poisson
- 1 botte coriandre fraîche
- 3 oignons grelots
- 1 oignon
- 2 jus citron vert
- 400 g nouilles de riz (à faire tremper 2 Mins eau chaude avant recette)
- 4 poignées Cacahuètes
- huile soja et colza
- 1/2 pot sauce pad thaï (épicerie chinoise)
- 3 oeufs
- sauce soja et / ou pimentée
- 400 g soja

Faire tremper les nouilles de riz

Tout émincer puis en mode dorer avec l' huile de sésame ou colza pendant 10 mins en remuant rajouter au fur et à mesure : oignons épices soja frais puis poulet ou autre puis casser 3 oeufs en remuant bien façon oeufs battus puis la sauce et les nouilles de riz en dernier

Cuisson rapide 15 minutes

Rajouter les cacahuètes et le coriandre dans les bols

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

Chou rouge et lardons

Muriel Watremez

Ingrédients

pour 6 personnes :

- 1 chou rouge
- 1 boîte de lardons fumés
- 200gr
- 1 bouillon cube de poule
- 1 oignon
- 500ml d'eau

Faire revenir en mode dorer l'oignon et les lardons

Ajouter le chou coupés en petits morceaux

Ajouter le bouillon cube, sel, poivre, thym

Ajouter 500 ml d'eau et mettre en cuisson rapide 20 mn

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

cookeo

Parmentier de poisson

Virginie Mary



Ingrédients :

Pour 4 personnes :

800 g de pommes de terre
4 pavés de cabillaud
1 gousse ail hachée
50 ml d'eau
50 ml de lait
150 ml crème fraîche liquide
sel poivre
persil

Couper les pdt en fines rondelles et les poser au fond du cookeo
- sel-poivre - la gousse d'ail hachée -
l'eau le lait et la crème fraîche -

déposer les pavés de cabillaud au dessus -

Cuisson rapide durant 15 minutes -

Une fois cuit, écraser le tout, mettre du persil, c'est un délice

Boudins noirs naturels (ou autres)

Pour 3/4 personnes

Mettre 200ml d'eau dans la cuve.

3 ou 4 boudins noirs

Mettre du papier sulfurisé dans le fond du panier vapeur.

Déposer les boudins sur le papier sulfurisé.

Faire cuire 5 minutes en mode cuisson rapide.

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

PILONS DE POULET POMMES DE TERRE SAUCE AU CAMEMBERT

RECETTE DE EMANUELLE DAUCHEL

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients (4 personnes)

4 pilons de poulet
8 pommes de terre
1 oignon
1 camembert
10 cl de crème liquide
10 cl d'eau
1 cube de bouillon de volaille
1 càs d'huile d'olive.
Sel, poivre, thym.



Procédure:

Eplucher et couper les pommes de terre en morceaux.

Eplucher l'oignon et émincer grossièrement. Dans la cuve, verser l'huile d'olive et y faire dorer les pilons de poulet, l'oignon et les pommes de terre pendant environ 5 mn. Ajouter le cube de bouillon de volaille, l'eau, la crème liquide, sel, poivre et thym. Découper le camembert en morceaux, ajouter dans la cuve, mélanger. Cuire 10 mn sous pression.

courgettes/chèvre/lardons/tomates

Pour 4 pers.

-6 courgettes

-3 tomates

-1 paquet de lardons fumés

-1 oignon émincé

-1 buche de fromage de chèvre

-1 brique de crème

Faire dorer oignon et lardons, puis ajouter les courgettes en rondelles et les tomates. Cuisson rapide 7 mins.

Retirer l'excès de jus.

Ajouter la crème et le fromage.

Cuisson rapide 3 mins.

Poulet au riz à la tomate avec ses petites carottes

Véro la Barjot

Ingrédients :

pour 3 personnes :

- 400 g de filet de poulet,
- 1 oignon frais
- 100 g d'oignon surgelé,
- 300 g de riz,
- 500 ml de fond de veau (
- 100 g de carottes surgelées
- 2 pots de sauce tomate fait maison
(pot à confiture de 350 g à peu près)

Faire dorer l'oignon, ensuite ajouter les filets de poulet coupés en morceaux, faire dorer, ajouter un peu de fond de veau. Retirer la viande et la réserver. Mettre la sauce tomate+riz+carottes + 1 peu de fond de veau. Remuer. Mode cuisson 5 mn. Ouvrir le cookéo ajouter les morceaux de poulet+le reste de fond de veau. Mode cuisson 5 mn.

Poulet épinards coco

Sandrine St Jean



Ingédients :

Pour 5/6 personnes :

7 à 8 morceaux de poulet,
1 oignon,
1 échalotte,
1 morceau de gingembre frais,
1 kg d'épinards surgelés,
2 btes de lait de coco,
cumin,
1 Kub or,
1 bouillon de volaille,
sel, poivre,
ail semoule.

Un peu d'huile au fond de la cuve,
en mode dorer faire revenir le poulet
(le faire bien dorer).

Sortir le poulet et vider le gras de la cuve.
Remettre le poulet dans le cookéo
et ajouter l'oignon, l'échalotte et le
gingembre (le tout coupé très fin).

Laisser bien revenir. Soupoudrer avec le
cumin et ajouter un peu d'ail semoule.

Quand le tout est bien doré, retirer à
nouveau le poulet, mettre les épinards au
fond du cookéo, ajouter le kub or, le bouillon
de volaille, le sel, le poivre.

Mettre le poulet par dessus et verser le lait
de coco par dessus le tout.

Mettre en cuisson rapide pendant 30mn.

C'est prêt, bon appétit!!

Vous pouvez servir ce plat avec un riz blanc.

Filet mignon de porc au Maroille

Anne Moro

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 600 g de filet mignon
- 1 oignons
- 200g de Maroilles
- 600g de pommes de terre type amandine ou belle de fontenay
- 3cas de crème fraîche
- 250 ml de fond de fond de veau
- Sel poivre

Couper le filet en 4 morceaux
Emincer l'oignon
couper le Maroilles en cubes
Éplucher les pdt

Dorer les morceaux de filet avec l'oignon
Ajouter les cubes de Maroilles, le fond de veau,
les pommes de terre, saler, poivrer
Mélanger
Lancer en cuisson rapide pour 20 min
A la fin de cuisson, ajouter la crème fraîche
Remettre à dorer 3 min pour "sécher" la sauce

Déguster avec 1 bière du nord de préférence

Tortillas pommes de terre et chorizo

www.cookeojbh.fr



Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

Pour 4 personnes environ

- ✓ Huile d'olive
- ✓ 600g de pommes de terre
- ✓ 1 oignon
- ✓ 100g de chorizo doux
- ✓ 6 œufs
- ✓ sel
- ✓ poivre

Procédure :

Epluchez les pommes de terre lavez-les coupez-les en fin bâtonnets couper l'oignon finement couper en petit cube le chorizo sans la peau.

En mode dorer faire revenir les pommes de terre et l'oignon dans de l'huile d'olive. Dans un saladier casser les œufs battez les en omelettes salez poivrez ajouter les pommes de terre et l'oignon revenu ensuite rajoutez le chorizo et mélangez le tout.

Dans la cuve du Cookeo mettre 200 ml d'eau verser la préparation dans un moule avec papier cuisson au fond et déposer le moule dans le panier vapeur recouvrir de film étirable.

Mettre cuisson rapide ou cuisson sous pression 20 min. Quand la cuisson est terminer enlever le panier vapeur et laisser refroidir.

Bon appétit :)

POULET A LA CRÈME ET ESTRAGON

RECETTE PROPOSÉE PAR KARINE LANGLAIS
RECETTE COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients (4 personnes)

4 blancs de poulet coupés en morceaux,
800g à 1 kg de pommes de terre coupées en quartiers
1 grosse boîte de champignons
200 ml de vin blanc
500 ml de crème entière liquide
2 grosses échalotes émincées
Quelques feuilles d'estragon
Poivre 5 baies du moulin
1 noix de beurre



Procédure:

En mode MANUEL DORER, mettre le beurre et faire revenir les échalotes, ajouter le poulet, remuer, ajouter les champignons et l'estragon ainsi que le poivre, remuer.

Ajouter le vin blanc ensuite la crème liquide et en dernier les pommes de terre.

Bien mélanger.

Arrêter de DORER, et mettre en CUISSON RAPIDE ou SOUS PRESSION 10 minutes.

Bon appétit !!!

Champignons farcis au jambon et au boursin

Aurélié Garcia



Ingédients :

Pour 2 pers

4 champignons à farcir
1 tranche de jambon
1/2 pot de boursin
1 CS de crème fraîche
poivre

Enlever le pied des champignons et les peler.

Mixer les pieds des champignons avec la tranche de jambon, le boursin, le crème fraîche et une pincée de poivre.

Farcir les têtes des champignons avec cette farce et les mettre dans le panier vapeur avec 200 ml d'eau.

Mettre en cuisson rapide 6 mn, à déguster avec une petite salade!

Poulet et Brocolis

Francine Devie



Ingrédients :

pour 4 personnes

4 filet de poulet
500gr de brocolis
250gr champignons
3 demi poivrons (de couleur)
1 oignon
1 échalote
sel poivre
1pincee piment espelette
20cl de vin blanc
1cas bombée de fond de veau

Cuire les brocolis mode ingrédient
(brocolis) réservez ,

en position doré faite revenir les
escalopes coupées en morceaux avec
échalote et oignon poivrons champignon
épice ,au bou de quelque min ajoutez la
cas de fond de veau et le vin blanc
mélangez

passez en mode cuisson menu (dinde a la
moutarde) ajoutez vos brocolis mélangez
et servir , voila comment manger
agréablement des légumes avec cookéo lol
bon app !!!

Quenelles aux champignons

Jennifer Tamini

Ingédients :

Pour 3/4 personnes :

- 12 quenelles
- 1 boîte allumettes lardons fumé
- 1 boîte de champignons
- 1 brique de crème fraîche liquide
- 370 ml dz coulis de tomate
- Sel poivre ail

En mode dorer

Faire revenir les lardons avec les champignons et l'ail

Couper les quenelles en rondelles
Ajouter le coulis de tomates ainsi que la crème fraîche

Passer en mode cuisson rapide 5min

courgettes à la vache qui rit

Pour 2/3pers.

- 4 petites courgettes
- 5 vaches qui rit
- sel poivre ail (en poudre ou frais peu importe)

En mode dorer, faire fondre un peu de margarine, mettre les courgettes, epluchées et coupées, sel ,poivre, ail .Tourner un coup, déposer les vaches qui rit, passer en mode cuisson rapide durant 3 minutes.

Poulet au Colombo à la banane plantain

Annick Guips

Ingrédients :

Pour 3 personnes :

- 3 escalopes de poulet
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 400ml de lait de coco
- 1 poignée de raisins secs
- 1 banane
- 2 cc de graines à roussir
- 2 cc de columbo
- Huile d'olive

Dans la cuve, verser un peu d'huile d'olive.
Ajouter l'oignon et l'ail émincés, les graines à roussir.

Lancer la fonction "Dorer".

Une fois dorés, ajouter les escalopes de poulet coupées en morceaux.

Les faire également dorés.

Ajouter les épices, les raisins, le lait de coco et la banane.

Cuire 4min en mode "cuisson rapide".



Goulash

proposée par Petit Gibus



Ingrédients

600g d'épaule de porc ou sauté coupé en cube

100g lardon

1 oignon aché

2 tomates coupées en cubes

150ml de vin blanc

10c de maïzena

1 bouillon pot au feu émietté

1 c à c sel

poivre

1 bouquet garni

faire dorer l'oignon et le lardon, puis ajouter la viande

ensuite ajouter le reste des ingrédients.

passer en mode recette programmée bœuf bourguignon

avant de servir on peut y ajouter un peu de crème. bon appétit

Pomme de terre et miette de morue

Tina Francois Mialot



Ingrédients :

pour 4 personnes

10 grosses pomme de terre ,

600gr miette de morue ,

20cl de creme fraiche ,

persil,

ail , poivre .

éplucher les pomme de terre les
couper en 4 , les mettre dans le
cookeo avec les miettes de morue
cuisson rapide 15m .

ouvrir le cookeo mettre mode dore
ail, persil, crème fraîche bien
mélanger et voila bonne appétit

Chou farcis

Perrine Etnathan

Ingrédients :

Un beau chou vert
Chair à saucisse 750g environ
1 oeuf du lait du pain ail persil poivre
Carottes
Lard
Huile d'olives
3 Oignons

Faire cuire le chou entier à la vapeur 15 min au cookeo

Préparer votre farce avec de l'oignons (2) selon vos goûts moi j'aime que la farce est bcp de goût donc je n'hésite pas sur l'ail le persil et l'oignon (1) donc mélanger le tout rajouter du pain ou pain de mie mouillé avec du lait mettre du poivre et l'oeuf bien tout mélanger

Sortez le chou effeuiller le puis directement ds la cuve commencez votre montage en alternant feuille de chou et farce terminer par feuille de chou rajouter de l'huile d'olive et 2 carottes coupe en rondelles puis du lard un petit verre d'eau .

Je le met 25 minutes cuissons rapide il est encore meilleur le lendemain



Ingédients :

2 CAS HUILE D OLIVE
LARDONS 125 GRS
1 OIGNON
2 GROSSES CAROTTES
TOMACOU LI 200 GR OU PUREE
DE TOMATES
1 CAC CURCUMA
1 CAC MOUTARDE
1/2 BOUILLON CUBE
SEL POIVRE
ET LES SAUCISSES FUMEES (ou
autres, Montbéliard..)
EAU 1/2 L PUIS 15 CL
un peu d'ail 2 gousses pillées (
pour moi tout prêt)

Mode dorer : mettre à dorer dans l huile
d'olive l oignon , lardon, puis ajouter les
carottes en rondelles et l ail, continuer à
dorer..puis ajouter le tomacouli, la cac de
curcuma, la cuillère de moutarde et touiller le
tout. Passer en mode cuisson rapide : mettre
les lentilles (250 grs soit 1/4 de litre doseur)
et le double d'eau soit 1/2 litre. Cuisson 10
minutes. Ouvrir mettre les saucisses (alors il
faut les piquer ou les coupées en 2 : j'avais
oublié elles se déchirent) remettre 15 cl d'eau
et cuisson rapide 5 minutes.

Servir ...et m'en donner des nouvelles !!!
rapide et économe.

Tagliatelles saumon/épinard

- 1 paquet de tagliatelles fraîches
- 2 pavés de saumon surgelés
- 200 g d'épinards surgelés
- Boursin, 20cl de crème liquide
- 350 ml d'eau
- 4 cas de crème épaisse
- Sel/poivre

Faire cuire les épinards et le saumon dans le panier vapeur, 5 minutes.

A la fin, mettre tous les ingrédients dans la cuve, cuisson rapide 2 minutes.

bœuf aux carottes et pdt

Pour 4 pers.

-600g de bœuf maigre

-500g de carottes

-8 pdt

-2 oignons

-thym , laurier , sel

-200ml de vin blanc

-200ml d'eau

Faire dorer la viande avec un filet d'huile d'olive 5 mins, puis ajouter les oignons et faire dorer 3 mins de plus. Ajouter les carottes , le thym , le laurier , le sel , les pdt coupées en cubes et mélanger le tout, puis y verser le vin ainsi que l'eau faire cuire pendant 40 minutes.

www.cookeojbh.fr

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

cookeo

Boulettes de bœufs et courgettes

Elise Romero



Ingédients :

3 ou 4 boulettes de bœufs surgelées
par personne.
3 courgettes
1 oignon
Une boîte de 400g environ de tomates
concassées.
Du thym
Sel et poivre

Faire dorer les boulettes et l'oignon.
Pendant ce temps couper les
courgettes en morceaux. Puis mettre
les courgettes, le thym, le concassé
de tomate, sel, poivre. Remuer le
tout et mettre en cuisson rapide 8
min.
Bon appétit

ROUELLE DE PORC À MA FAÇON

RECETTE DE SUSU SOAN DOLÉ

COORBO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients 4 personnes :

1 rouelle de porc (1kg400 chez moi)
2 oignons émincés
Champignons de Paris épluchés (20 petits)
Olives vertes (quantité suivant les goûts)
1 boîte de 400g de tomates concassées
1 Bouillon Marmite de Knorr (ou autres)
250ml de vin blanc
Thym, laurier, poivre du moulin
300ml d'eau
600g de pommes de terre pré-cuites au cookeo
Sauceline ou Maïzena pour épaissir la sauce à la fin.



Procédure:

Dorer la rouelle en mode "dorer", poivrer puis une fois bien colorée la réserver, gratter les sucs avec un peu de vin blanc, saisir les oignons. Passer en cuisson rapide, mettre le vin blanc, les tomates concassées, les champignons, la marmite de bouillon, le vin blanc, l'eau, le thym et le laurier puis mettre la viande sur le tout, pour 30min' de cuisson. Une fois la cuisson terminée ajouter les pommes de terre et les olives et maintenir au chaud 10min' au minimum. Au moment de servir j'ai présenté la viande et le reste dans un plat et gardé le jus pour l'épaissir avec de la sauceline pdt 2/3 min' en mode pré-chauffage du cookeo.

Côtes de porc avec poêlée maraîchère

Céline Lucas Ménard



Ingrédients :

3 côtes de porc
3 poignées de poêlée maraîchère
(ou poêlée de légumes surgelés de
votre choix)

1 cuillère à soupe d'huile,
1 oignon
1 verre d'eau.

En mode dorer :

J'ai fait dorer les côtes avec les
oignons,

une fois dorer j'ai ajouté la poêlée et le
verre d'eau puis cuisson rapide 10min.

Génial et vite fait.

Boeuf-riz et ses petits legumes

Christine Novat



Ingédients :

Pour 4 personnes

500g de boeuf bourguignon
un paquet de lardons
1 oignon
un bouquet garni
600ml de vin rouge
fond de veau
500g de champignon surgelé
500g de brocoli surgelé, (ou
autre legumes)
2 cas de maezena
1 sachet de riz.

En mode dorer
faire revenir la viande lardon et
oignons et bouquet garni

ajouter le vin rouge et le fond de
veau 25mn en cuisson rapide

a la fin de la cuisson relancer
10mn en cuisson rapide avec les
legumes et le riz un delice !

Rata de singe

Manue Manue Lhotelier



Ingrédients :

2 boîtes de corned beef
500g de pommes de terre
1 boîte de haricots blancs à la sauce tomate
1 petite boîte de concentré de tomate
200ml d'eau
sel, poivre

Eplucher et couper les pommes de terre en morceaux
Mettre dans la cuve pdt, corned beef, haricots et concentré dilué dans l'eau, sel, poivre
Cuisson rapide 20 minutes
Bon appétit!!!!

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/>

Côtes de porc et pommes de terre

Cécile Ruchon Germon



Ingrédients :

Pour 2 personnes

2 côtes de porc

sel poivre

1 CS d'herbes de Provence

1 cube de volaille

500g de pommes de terre

entières sous vides

200ml d'eau

Faire dorer les côtes de porc puis ajouter tous les ingrédients . Mettre en cuisson rapide pour 10 minutes . En fin de cuisson j'ai enlever une partie des herbes collées sur la viande et les pdt en trempant dans le jus puis j'ai passé le jus pour enlever ces herbes .

Filet mignon de porc aux lentilles

Elodie LA



Ingédients :

Pour 4 personnes

1 filet mignon
250gr de lentilles
1 oignon
sel / poivre
1/2 cub or
eau

En mode manuel : dorer
Pendant 5 minutes, faire dorer le filet mignon de chaque côté.

saler poivrer.

Ajouter un peu d'eau et l'oignon coupé en 2. en mode cuisson rapide : 15 min

Réserver

Ajouter les lentilles et 1/2 litre d'eau et mettre le cub or.

Mode cuisson rapide : 20 minutes

Après la cuisson des lentilles, couper le filet mignon en 2 et rajouter le aux lentilles

passer en maintien au chaud pendant 10 min (car le filet mignon est presque froid)

Dégustez

Bon appétit!!!!

Poulet à l'indienne

Anne Catherine Lelong Thibaut



Ingrédients :

Pour 4 pers.

- 4 cuisses de poulet
- 2 oignons
- 1 bte de tomates pelées (400g)
- 1 cube de bouillon de volaille
- 1 verre de vin blanc sec
(moi j'y dilue le cube)
- 2 pommes golden coupées
grossièrement
- 2 gousses ail
- 2 c à café de concentré de
tomate
- sel poivre
- 1 c à café de curry
- 1 c à café de piment doux.

En mode Manuel > Dorer

**Faire revenir les cuisses en mode dorer
10 min.**

**Ajouter les oignons éminces. Dorer
encore 2 min.**

**Ajouter le reste des ingrédients cuire en
cuisson rapide 12 min.**

Enlever les cuisses .

**Mixer la sauce et déguster avec
tagliatelles fraîches. Bon appétit!**

Chou farcis

Perrine Etnathan

Ingrédients :

Pour 6 personnes :

- Un chou vert frise
- Chair à saucisse 700 g environ.
- Un œuf
- Du lait
- Du pain
- ail
- Persil
- Sel poivre

Mettre le chou entier en cuisson rapide dans le panier vapeur pendant 10 minutes avec 200ml d'eau .

Pendant ce temps faire la farce : mélanger la chair à saucisse, oignons , œufs , pain et lait ajouter ail persil sel poivre selon vos goûts ..

Sortez le chou du panier, l'effeuiller, puis directement dans la cuve alterner feuille de chou et farce crue terminer par les feuilles de chou arroser d'huile d'olive puis 200 ml d'eau 20 min cuisson rapide .

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

cookeo

Chou blanc saucisse



Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

Pour 4 personnes environ

- ✓ Saucisses a cuire
- ✓ 1 chou blanc
- ✓ 3 carottes
- ✓ 100 gr de lardons
- ✓ 1 oignon
- ✓ 1 ail
- ✓ 100 ml de vin blanc sec
- ✓ 100 ml d'eau
- ✓ Thym et laurier

Procédure :

Couper le chou en lamelle

Émincer l'oignon et l'ail

Couper les carottes en lamelles

Au cookeo mode dorer faire revenir

lardons+ carottes + oignons + ail 2 mn

Déglicer avec le vin blanc rajouter

l'eau saler poivrer,

Ajouter le chou le thym, le laurier

cuisson sous pression 16 mn bien re-

muer, rajouter les saucisses cuisson

sous pression 10 mn , piquer les sau-

cisses pour extraire le jus

Choux frisé du jardin, saucisses à l'oignons et sa moutarde à l'estragon

Enza Brigitte Ludo

Ingrédients :

Pour 6 personnes :

- 1 chou frisé
- 300ml d'eau
- saucisses à l'oignon
- des lardons
- oignons
- sel poivre
- ail
- 1 cubor
- 1 verre d'eau
- la crème fraîche

Faire blanchir le chou frisé 12mn à la vapeur et 300ml d'eau dans la cuve

Ensuite rincer la cuve et faire dorer les saucisses à l'oignon avec des lardons si vous le désirez pendant 4 à 5mn

Ensuite vous enlever les saucisses

Déglacer le jus avec le chou blanchi et les oignons, sel, poivre, ail et 1 cubor encore pendant 3 à 4mn

Mettre 1 verre d'eau

Bien remuer

Poser les saucisses et les lardons dessus

Et mettre 5mn cuisson rapide

Et mettre au moment de servir de la crème fraîche si vous le souhaitez

Filet mignon aux 2 moutardes et pomme de terre

Emilie Plard

Ingrédients :

Pour 6 personnes :

- 1 filet mignon de porc
- 1kg de pomme de terre
- 2 oignons
- 2 cuillères à soupe de moutarde de dijon
- 2 cuillères à soupe de moutarde à l'ancienne
- 300ml de fond de veau
- 1 brique 20cl de crème liquide

Faire revenir le filet mignon avec les oignons en mode dorer.

Puis ajouter les pommes de terre, le fond de veau, les moutardes, la crème liquide.

Cuisson rapide 15 min

LA RATIFLETTE DE BEA MARIE

MARIE BÉA HUE

Ingédients (2 pers)

4 pommes de terre
1 oignons
1 barquette de lardons
Creme fraiche liquide
1 verres de vin blanc
Fromage de raclette



Procédure:

J'ai fait cuire 4 pdt avec le programme cookeo pdt entiere a la plure ensuite j'ai fait revenir un oignon et une barquette de lardon avec un peu de creme fraiche liquide 3/4 min puis j'ai ajouter les pdt cuite eplucher couper en rondelles j'ai rajouter le reste de la brique de creme fraiche liquide un verre de vin blanc de la raclette coupée en morceau et tout ca en mode dorer 1min puis maintiens au chaud 2min sel poivre et hop au four avec raclette au dessus gratiner

Recette de haricots blanc frais ou surgelés aux couennes du Perigord



INGREDIENTS

- 1kl de haricots blancs surgelés
- 1 dizaine de couennes confites
- oignons, ail, persil
- Sel, poivre
- Graisse de canard

Réalisation

En mode doré

- Mettre un peut de graisse de canard
- Faire revenir les oignons
- Mettre les haricots encore surgelés
- Les gousses d'ail, les couennes
- Cuisson sous pression 25 mn
- A l'ouverture de cooki , mettre le hachis d'ail et persil
et laisser mijoter 5mn et mettre 3cs d'huile de noix
- Et servir chaud

*******BON APPETIT*******

Manou :)

Queue de boeuf mijotée

Sandrine St Jean



Ingrédients :

6 personnes

Ingrédients :

2 queues de boeuf, 2 oignons, 4 ou 5 gousses d'ail, 1 litre de bouillon de boeuf, sel, poivre, herbes de provence, 1kg à 1kg5 de pommes de terre, champignons.

Préparation :

La queue de boeuf demande à être bien cuite, alors je l'ai tout d'abord mise à cuire 30 mn au cookéo recouverte d'eau. Une fois la cuisson terminée je l'égoutte et nettoie le cookéo. Mettre une cuillère d'huile d'olive dans le cookéo en mode dorer et faire revenir la queue de boeuf, ajouter les oignons et l'ail émincés, laisser bien dorer et singer avec un peu de farine pour que la sauce soit bien liée. Saler, poivrer et ajouter le herbes de provence. Couvrir avec le bouillon et ajouter les champignons (j'ai mis des girolles ça donne bon goût au plat) et les pommes de terres. Bien mélanger le tout et mettre 20mn en cuisson rapide...Un pur délice!!! Bon app!!!

Lentilles saucisses fumées

Laetitia Yannick

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 400/500g de lentilles
- 4 saucisses fumées
- 1 oignon des lardons naturels
- des carottes
- du laurier
- du sel
- du poivre

Faire revenir les saucisses, les lardons et les oignons en mode doré

Ajouter les lentilles, les carottes et 3 fois le volume des lentilles en eau

Cuisson rapide 20 minutes

Ratatouille express

Chinese Nonimace



Ingédients :

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

Boeuf bourguignon à la moutarde

Magali Moreaux



Ingrédients :

pour 6 pers :

2 gousses d'ail ,
2 oignons ,
150 ml de vin blanc ,
350 ml de bouillon de boeuf ,
2 c à soupe d'huile d'olive ,
1 bouquet garni ,
sel , poivre ,
1 kg de boeuf bourguignon ,
3 c à soupe de moutarde de dijon.

En mode dorer mettre l'huile , les oignons et l'ail. faire dorer la viande de chaque coter , ajouter les carottes. bien mélanger , ensuite ajouter le vin et le bouillon de boeuf. mettre le bouquet garni , sel , poivre et 3 c à soupe de moutarde. mettre en mode cuisson boeuf bourguignon.

ENDIVES ET POMMES DE TERRE A LA CANCOILLOTTE RECETTE DE FLOFLO PS

Ingrédients Pour 4 personnes :

4 endives
400 gr de pomme de terre
150 gr de râpé de jambon
125 ml de vin blanc
60 gr de cancoillotte nature
sel, poivre



Procédure:

Lancer le mode dorer du Cookeo.
Emincer les endives.
Eplucher les pommes de terres et les couper en cubes.
Mettre tous les ingrédients dans la cuve, excepté la cancoillotte et faire dorer 2 minutes.
Passer en cuisson rapide et faire cuire pendant 10 minutes.
A la fin de la cuisson mettre à nouveau en mode dorer et ajouter la cancoillotte et laisser fondre quelques instants

Riz cotes de porcs et carottes

Pascale Robert

Ingrédients :

Pour 2 personnes :

- 2 cotes de porc dans l'échine coupé en petits dés,
- 2 carottes,
- 1 gros oignon,
- 1 gousse d'ail pilé,
- 1 sachet de spigol,
- 2/3 pincées de curcuma
- riz
- 1 bouillon de poule

Faire dorer les oignons, les carottes et les dés d'échine puis ajouter le riz, l'ail, le curcuma le spigol.

Ensuite ajouter le bouillon de poule fondu au préalable dans un bol rempli d'eau.

Mettre le tout dans le cookeo et 4 minutes en cuisson rapide
Accompagner d'une salade.

cookeo

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

Moussaka

Gambiez Nathalie



Ingédients :

Pour 4 personnes

- 1kg d'aubergines
- 2 oignons
- 800g de viande haché de boeuf
- 200g de tomates concassées

Cuire les aubergines a la vapeur avec le cookeo

Faire dorée l'oignon avec un peu d'huile d'olive et ajouter la viande. Rajouter les tomates puis

Saler et poivrer et laisser mijoter 4min avec le couvercle ouvert.

Dans le cookeo une couche de viande et d'aubergine et a la fin de vos couches vous mettez la bechamel et le gruyère. Cuisson rapide 5min.

Poulet au marsala

WW

Noémie Lefèvre



Ingédients :

pour 4 personnes

2 CS de farine

4 blancs de poulet

1 cc d'huile d'olive

1 gousse d'ail pelée et écrasée

12 cl de marsala

6 Cs de crème fraîche à 5%

1 boîte de champignons de paris au naturel émincés

1 CS de persil

15 cl de bouillon de volaille

sel, poivre

Mettre la farine, les aiguillettes, le sel et le poivre dans une boîte culinaire.

Fermer hermétiquement. Secouer pour enrober la viande de farine. En mode dorer mettre l'huile d'olive et faire revenir le poulet avec l'ail environ 4 minutes. Ajouter le marsala, le bouillon, les champignons, le persil et la crème.

Mélanger et mettre en cuisson rapide 10 minutes. Ajuster en sel et poivre. Pour ma part j'ai épaissi la sauce avec de la maïzena et servi avec des pâtes fraîches.

POULET LÉGUMES COCO

SONIA MANUEL

Ingrédients

1 poulet
1 oignons
1 gousse d ail
Courgettes
Feuilles d epinard frais
Pommes de terre
Lait de coco
Sauce soja
Vinaigre balsamique



Procédure:

Faire dorer le poulet 5 minutes avec les oignons et une gousse d ail coupée en 2.

Puis ajouter :

- Courgettes,
- Feuilles d Épinards frais,
- Pommes de terre coupées en morceaux

Arroser de Lait de Coco, quelques gouttes de Sauce Soja et deux pointes de vinaigre Balsamique.

Faire cuire 10min cuisson rapide

Et c est prêt !!...

Gratin de Pommes de terre "express" et saucisses fumées



Ingrédients :

4/5 pers

1 boîte de gratin dauphinois
1 briquette de crème
4/5 petites saucisses fumées type
montbeliard
ail en poudre
du bouillon de légumes(un bon
verre)
gingembre en poudre
poivre
piment d'espelette
lardons fumés

Tout mettre dans le cookeo
et le programmer sur
cuisson rapide > 2mn

FILET MIGNON A LA CERISE

RECETTE DE ELISE CARVALHO NATHALIE DELUZE

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients :

1 filet mignon
1 boîte de cerises au sirop
1 échalote
1 c à s de sucre de canne ou de miel
100 ml de sangria ou vin rouge
2 c à s de vinaigre balsamique
1 pincée de 5 baies
1 pincée de cannelle
Sel poivre



Procédure:

Dorer le filet avec l'échalote
Mettre tout les ingrédients cuisson rapide
7 mn
Après cuisson possibilité d'épaissir la
sauce avec maizena ou farine

Pommes de terre fondantes.

Regine Laroche



Ingédients :

Pour 6 personnes

1,200 kg de pommes de terre,
150 g de beurre,
15cl de bouillon de volaille, sel,
poivre, thym.

Éplucher les pommes de terre,
les laver et mettre à blanchir 5
mn. Égoutter, mettre dans le
cookeo le beurre, thym, se,
poivre, bouillon et pommes de
terre, cuisson rapide 15 mn.

Si les pommes de terre sont
grosses, les couper en 2

POMMES DE TERRE - KNACKS

Sandra Colson

Ingédients :

- 8 Pommes de terre
- 8 knacks
- 1 oignon émincé
- 1 verre de cuisine de vin blanc
- 2 verres d'eau
- 1 bouillon de volaille
- fond de veau

Eplucher et évider vos pommes de terre avec un vide pomme, mettre une knack dans chaque pomme de terre.

Faire revenir l'oignon, ajouter le vin blanc + l'eau + bouillon de volaille + fond de veau puis les pommes de terre

Cuisson rapide 12 minutes.

Et en fin de cuisson épaissir la sauce avec un peu de sauceline

courgettes/pdt/bacon/roquefort

- 3 courgettes épluchées
- 3 pdt
- bacon allumettes
- ail/oignon
- 2 cas de roquefort
- fond de veau

Faire dorer ail,oignon, courgettes, pdt, bacon.

Mettre le fond de veau, cuisson rapide 3 à 4 mins.

A la fin, mettre le roquefort, mélanger, laisser chauffer une minute.

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

Risotto au Asperges

Corinne Croisille



Ingrédients :

4 personnes :

240g de riz
700g d'asperges vertes
1 oignon
1 litre de bouillon de légumes
6cl de vin blanc sec
1 cuillère à soupe d'huile
15g de margarine
poivre

Lavez les asperges et coupez-les en rondelles.

Mettre le cookeo en mode manuel et dorer.

Faites fondre la margarine et faites revenir les asperges et l'oignon.

Poivrez.

Ajoutez l'huile.

Incorporez le riz.

Mouillez avec le vin blanc et le bouillon.

Mettre en cuisson rapide 20 minutes.

BOEUF AUX OIGNONS ROUGES A LA CHINOISE RECETTE DE

LAËTITIA HANVIC

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients pour 6 personnes

1kg200 de bœuf coupé en lanières

* 12 c à s de soja

* 6 c à s de maïzena

* 1 peu d'huile

* 2 c à s d'ail en poudre (ou 2
gousses d'ail hachées)

* 2 c à s de gingembre en poudre (ou
4cm de frais finement haché)

* 4 oignons rouges
émincés

* 12 c à s de nuoc-mam

* 6 c à c de sucre en
poudre



Procédure:

- mélanger l'ail , le gingembre , la moitié de la maïzena , le soja , le nuoc-mam , la coriandre , qq carottes et qq oignons et faites mariner le bœuf dedans pendant 30min au frais , en mélangeant toute les 10min
- faire revenir pendant 5min dans 1 peu d'huile , le reste de carottes , d'oignons et les poivrons
- rajouter le sucre et le vinaigre et faites caraméliser
- ajouter les morceaux d'ananas sans le jus qu'on aura réservé pour après
- retirer de la cuve et réserver
- faire revenir le bœuf et sa marinade pendant 5min et y rajouter le mélange qu'on avait réservé et faire revenir
- pendant ce temps la mélanger le reste de maïzena avec le jus d'ananas et 500ml d'eau et mettre **ce mélange** dans la cuve
- mettre 20min en cuisson rapide ou cuisson sous pression
- servir avec des nouilles chinoises



Roti de porc aux kiwis



Ingrédients :

- 1 rôti de porc + ou - 800g
- 2 échalotes
- 3 petites courgettes
- 5 kiwis
- 250 ml d'eau avec un cube de volaille
- 3 CS de crème fraîche

En mode Dorer, faire revenir le rôti de porc sur toutes les faces.

Arrêter le mode dorer, y ajouter les échalotes couper finement, les courgettes coupés en dés et les kiwis peler et couper en rondelle.

Ajouter le bouillon par-dessus et laisser cuire sous pression 30 min.

Mixer la garniture (échalotes, courgettes et kiwis) avec la crème fraîche.

Servir avec du riz ou des pâtes.



Ribs de porc

proposée par Corinne Croisille



Ingrédients

Portions: 4

Ingrédients

450 g Ribs, tranchés

375 ml cassonade

250 ml eau

1 gousse ail, écrasée

3 c.à soupe sauce soja

2 c.à soupe vinaigre balsamique

Sel

Poivre

1 Mettre le cookeo en mode manuel et dorer

2 Mettre tous les ingrédients ensemble dans le cookeo,

3 Cuire 15 minutes.

4 Mettre le cookeo en mode cuisson rapide 10 minutes.

5 Pour faire épaissir le liquide, ajouter un peu de fécule de maïs délayée.
bon appetit!

Filet mignon, Carotte, pomme de terre et courgettes

Par Cindy Colnard



Ingrédients :

Pour 3/4 personnes environ

- ✓ filet mignon entier
- ✓ Oignon
- ✓ Carottes
- ✓ Pomme de terre
- ✓ Courgette
- ✓ 200ml de fond de veau
- ✓ Des herbes de Provence
- ✓ Crème Fraiche

Procédure :

J'ai fait dorer mon filet mignon entier avec oignon ensuite j'ai mit Carottes pdt courgette avec 200ml de fond de veau et des herbes de Provence.

Cuisson rapide 12 min.

Après cuisson j'ai couper le filet mignon en tranche et mit un peu de Crème tout mélangé et laisser quelques minute en maintien au chaud et hop servi.

Bon appétit 😊

POMME DE TERRE AUX HERBES

Préparation : 15 mn/cuisson 15mn

Ingrédient pour 4 personnes :

- 1 kilo de pommes de terre à gratin coupées en rondelles
- Herbes de Provence
- Une gousse d'ail écrasée
- 20 à 30 grammes de beurre
- Un bouillon cube de bœuf
- 50 centilitres de crème fraiches liquide
- Sel, poivre
- Piment d'Espelette



Mettre le tout dans le Cookéo, bien mélanger, et hop cuisson rapide 15 minutes.

On peut également faire gratiner au four.

SAUTÉ DE PORC PDT A LA MOUTARDE A MA FACON

RECETTE DE **SANDRA MAX RAFA**

COORBO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients pour 4 personnes:

500gr de sautés de porc
2cas de moutarde a l'ancienne
1 filet d huile d olive
jus d 1/2 citron
une cuillère a café de gingembre
1c a c de curcuma
sel poivre
1/2 verre de vin blanc sec pour déglacer
6 belles pommes de terres coupes en morceaux
1c a s de crème fraiche
1 a 2 c a s de moutarde forte (au gout)
2 gousses d ail écrasés, et environ 300 ml de fond
2 oignons



Procédure:

j ai fais mariner 500gr de sautés de porc dans 2cas de moutarde a l'ancienne, d huile d olive, jus d 1/2 citron, et une Cc de gingembre, bien mélanger, j ai mis au frais pendant 3 h. Dans la cuve faire dorer les oignons avec un filet d huile d olive, ajouter la viande mariner et enrober de tout les ingrédients précédemment cites, dorer la viande quelques minutes pour une joli coloration, puis ajouter 1c a c de curcuma, sel poivre, 1/2 verre de vin blanc sec pour déglacer, ajouter 6 belles pommes de terres coupes en morceaux, 1c a s de crème fraiche, 1 a 2 c a s de moutarde forte (au gout) , 2 gousses d ail écrasés, et environ 300 ml de fond de veau. Bien mélanger. 15 min en cuisson rapide et j ai pris a la fin un peu de jus de cuisson pour y délayer une cuillère de maizena , rajouter le mélange dans la cuve et bien mélanger en mode dorer 2 a 3 min pour épaissir la sauce

POÊLÉE DE SPAGHETTIS

CHORIZO, CAROTTES, CHAMPIGNONS, TOMATES, CRÈME



INGRÉDIENTS POUR 2 PERSONNES

- Spaghettis
- 50 g de chorizo
- ½ tomate
- 2 carottes moyennes
- 1 oignon
- 10 cl de fond de veau
- 10 cl de crème liquide
- Sel, poivre
- 1 noix de beurre

RECETTE

- Cuire à part les spaghettis.
- Tailler en morceaux : le chorizo, les carottes, la ½ tomate, les champignons et l'oignon.
- Mode doré : faire revenir tous les légumes dans un peu de beurre pendant 1 ou 2 minutes.
- Ajouter le chorizo et le fond de veau, puis lancer une cuisson rapide de 4 mn.
- A la fin de la cuisson, ajouter un peu de crème liquide et les spaghettis.

C'EST PRÊT !

Vous pouvez aussi ajouter à la recette des morceaux de poulet rôti ou agrémenter la recette selon vos goûts !

Joues de porc a la bière et au miel

Laetitia Leist

Ingédients :

Pour 6 personnes :

- 1 kg de joue de porc
- 4 grosses carottes
- 2 oignons
- 2 barquettes de lardons
- 1 bière blonde
- 1 grosse cuillère a soupe de miel

Faire revenir la joue de porc, les carottes et les lardons en mode doré

Ajouter ensuite la bière blonde, le miel et mettre en cuisson rapide 40 minutes

Une fois cuit lier la sauce qui peut être un peu liquide

Servir avec des tagliatelles

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



Poulet au riz

proposée par le site clickncook.fr



Ingrédients

Pour 2 personnes

300 gr de filet de poulet

300 gr de riz

500 ml de fond de veau

50 gr de carotte (1 petite)

100 gr d'oignon (1 petit)

sel, poivre du moulin

Préparez vos ingrédients : épluchez les carottes puis coupez-les en rondelles ou en dés.

Coupez le poulet en petits morceaux. Faites bouillir de l'eau puis diluez le fond de veau.

Épluchez l'oignon puis émincez-le.

Branchez le Cookeo, choisissez dans le menu la section « recettes » puis « poulet au riz » puis « 02 pers » (ou plus si vous êtes plus nombreux).

Ensuite, suivez les instructions de l'appareil : versez tous les 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.

Marmite Espagnole



*Cette recette a
été réalisée avec
le Cookeo de
Moulinex.*



Ingrédients : Pour 4 personnes environ

- ✓ 150g de lardons
- ✓ 1 Chorizo doux couper en rondelles
- ✓ 500g de filet de poulet en dés
- ✓ 1 poivron rouge émincé
- ✓ 2 oignons émincés ou surgelés
- ✓ 1 c à c de cumin
- ✓ 1 c à c de paprika
- ✓ 1 pincée de piment de Cayenne
- ✓ 200g de riz
- ✓ 300 ml de bouillon de volaille

Procédure :

*Mettre tous les ingréd-
ients dans la cuve.*

Mélanger.

*Mettre en Cuisson Ra-
pide pendant 10 min.*

Bon appétit :)

courgettes/riz/bacon/boursin cuisine

- 3 courgettes épluchées
- bacon allumettes
- ail/oignon en poudre
- 1 verre et demi de riz basmati
- bouillon de volaille
- 250 ml d'eau
- 3cas de boursin cuisine

Faire revenir bacon, courgettes, ail, oignon.

Ajouter le riz, le cube, l'eau.

Cuisson rapide 8 mins.

A la fin, ajouter le boursin, et laisser chauffer 2 mins.

www.cookeojbh.fr

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

Ebly bolognaise

Isabelle Rives



Ingédients :

4 pers
500g boeuf haché
1 sachet ebly
1 pot de sauce bolognaise
25cl de vin blanc
1 oignons
sel poivre

cuire sous la recette programmée chili con
carne pour 4 pers rapide 7 mn ... le régal
des enfants ... possibilité de mettre du riz à
la place de l'ebly...

Crêpinettes à la sauce provençale

Melanie Froget

Pour 2 personnes :

4 crêpinettes au vin blanc

1 oignon

1 pot de sauce provençale

150g de riz

En mode dorer, mettre une cuillère à café d'huile d'olive et faire revenir les crêpinettes avec l'oignon émincé.

Réserver.

Faire cuire le riz sur le programme ingrédients / riz blanc pendant 5 minutes.

Réserver à nouveau.

Remettre la première préparation avec les crêpinettes dans le cookéo et ajouter le pot de sauce, passer en mode cuisson rapide pendant 8 minutes.

Assembler les deux préparations et servir.

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

cookeo



Sauté de porc au caramel

Idées recettes cookeo

Ingrédients : pour 4 personnes

1 kg de sauté de porc
2 oignons
3 carottes
3 gousses d'ail
1 barquette de lardons allumettes
la moitié d'une bouteille de
caramel liquide, ou 30 g de sucre
(4 c à s) et une verre d'eau
5 c à s de sauce soja
champignons de Paris
Sel/poivre/huile
Eau

Préparation :

En mode "dorer" mettre un c à s d'huile dans la cuve et ajouter l'oignon. Faire revenir puis ajouter la viande (coupée en morceaux ou lamelles au choix) pendant 5 min.

Ajouter le caramel liquide ou le sucre et l'eau et laisser caraméliser.

Ajouter l'ail, les carottes et les champignons, puis la sauce soja. Saler, poivrer et mélanger. Couvrir les ingrédients d'eau (+ ou - 400 ml).

Passer en cuisson rapide 12 min.

www.cookeojbh.fr



BŒUF BRAISÉ AUX CAROTTES

RECETTE COOKEO WW

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients 4 personnes (7PP la part)

480gr de bœuf (paleron)
800gr de carottes
1 oignon
1 gousse d'ail
1 grosse tomate
1 cube de bouillon de bœuf
2 CC d'huile d'olives
Thym



Procédure:

Couper la viande en gros cube et les carottes en rondelles. Peler et émincer l'oignon. Peler l'ail, rincer et couper la tomate en dés. Porter 600ml d'eau à ébullition, diluer y le cube.

En mode dorer mettre l'huile, l'oignon et les morceaux de viande et remuer 3mn pour colorer. Ajouter les dés de tomate et l'ail écrasé. Parsemer de thym et verser le bouillon de bœuf. Cuisson rapide 15mn.

Ensuite ajouter les carottes et remuer. Rectifier l'assaisonnement et remettre en cuisson rapide 12mn.



Filet mignon au Maroille

proposée par Corinne Daniel Arpin



Ingrédients

1 filet mignon de porc d'environ 600g
250 ml de fond de veau
200 ml de crème fraîche
125g de Maroille
6 pommes de terre
sel et poivre ..

en mode manuel fonction dorer

faire dorer les morceaux de filet mignon et les
pommes de terre coupées en 4

mettre le fond de veau + la crème fraîche , le sel et le
poivre . mélanger le tout

disposer les tranches de maroille sur le dessus .
fermer le cookeo et cuire 15 mns

cookeo

Ingrédients :

Pour 2 personnes :

- 500 g de crevettes
- 4 tomates
- 6 gousses d'ail
- 3 échalotes
- 2 cuillère à café de curcuma et de piment d'Espelette
- 200 g de riz
- Huile
- Sel
- une branche de thym

- Mode d'ore :
- Faire revenir dans l'huile les échalotes et ail émincés
- ajoutez les tomates coupées en cubes, le curcuma, le sel, le piment et le thym
- ajoutez le riz, recouvrir d'eau
- cuisson rapide 9 mn
- une fois terminé ajoutez les crevettes décortiquées
- laissez en maintien au chaud 2 ou 3 minutes



Gnocchis façon raclette



Ingrédients :

Pour 2/3 personnes :

- 380gr de gnocchis
- 3 CS de crème fraîche épaisse
- 200ml d'eau
- 150/200gr de fromage à raclette coupé en morceaux
- 1 barquette de lardons
- Quelques gouttes d'arôme saveur Maggi (facultatif)

En mode Dorer, faire revenir les lardons puis les réserver dans une assiette.

Mettre les gnocchis et l'eau dans la cuve et programmer 5mn en cuisson rapide. Ne pas « égoutter ».

En maintien au chaud, ajouter le fromage, les lardons, l'arôme et la crème et servir dès que tout est fondu (environ 3mn de maintien au chaud).



TARTIFLETTE LIGHT

RECETTE COOKEO WW

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients personnes (x PP la part)

2 oignons

400gr de pommes de terre

200gr d'alumettes de bacon

800gr de poireaux

200ml de vin blanc

Cumin

1 pot de cancoillotte

Sel et poivre



Procédure:

Tout mettre dans la cuve sauf le cancoillotte.

Mélanger.

Mettre en cuisson rapide 15mn.

En fin de cuisson verser le pot de cancoillotte et bien mélanger.

Maquereaux

Criki Cmai

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

POMMES DE TERRE FONDANTES AU SAUMON FRAIS

RECETTE DE
COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients 4 personnes:

500 gr de pommes de terre coupées
en rondelle
4 pavés de saumon frais
4 cS de crème fraîche
1 cc de fumet de poisson
Sel/Poivre
1/2 verre à moutarde
d'eau



Procédure:

Faire chauffer vos pommes de terre en mode "ingrédients" de votre Cookeo (suivre les instructions)

- Mettre dans la cuve de votre Cookeo vos pommes de terre, pavés de saumon coupés en gros cubes, la crème fraîche, le fond de poisson, saler, poivrer et l'eau.
- Bien mélanger avec une spatule en bois ou silicone.
- Fermer votre Cookeo et mettre en mode "cuisson rapide" pendant 3 minutes.
- Ouvrir votre Cookeo, si vous trouvez trop liquide mettre en mode "dorer" et remuer pendant quelques minutes. Cela fera évacuer le surplus de liquide.



Tranches de magret de canard caramélisées au miel

Préparation (3/4 personnes) :

1 magret de canard tranché

1/2 oignon coupé en petits dés

3 grosses c à s de miel

3 c à s de vinaigre balsamique

3 c à s de sauce soja

2 c à s de fond de volaille

Préparation :

Faire revenir les tranches de magret et les dés d'oignon dans la cuve en mode "dorer", pendant 6 minutes en remuant de temps en temps.

Ajouter le miel, le vinaigre balsamique, la sauce soja et le fond de veau. Mélanger.

Laisser revenir encore 2 min.

Fermer le couvercle et programmer 4 min en cuisson rapide (sous pression).

Servir avec des nouilles asiatiques.

Paella poulet - chorizo

Catherine Felt

Ingrédients :

Pour 2-3 personnes :

- 2 cuisses de poulet
- 2 filets de poulet
- 200g de riz
- 1 petite courgette coupée en dés
- 1 poivrons rouge épépiné et coupé en lamelles
- 1 oignon émincé
- 2sachets de riz d'or
- 1 marmite de bouillon
- 1/2 sachet d'épices spéciales pour paella
- 2 carottes épluchées et coupées en fines rondelles
- 1 petite boîte de petits pois
- Environ 500 ml d'eau

Faire dorer les cuisses de poulet avec 1 peu de matière grasse pendant 5 à 10 min en fonction de la grosseur

Rajouter par la suite le poulet en filet coupé en gros dés et les oignons et faire dorer encore 2-3 min

Rajouter le reste de ingrédients sauf le chorizo et les petits pois

10 min en cuisson rapide

A la fin, ouvrir, mettre le chorizo et les petits pois et 5 min en maintien au chaud

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

Filet Mignon Asiatique

Procédure :

Mélanger le tout et verser dans la viande une fois fini de dorer.

Mettre la poêlée asiatique et pousser de soja mélanger.

Cuisson sous pression 10 mn.

Une fois fini cette cuisson ouvrir et plonger le vermicelle qu'il trempe bien dans le jus remettre en cuisson 4/5 mn couper au ciseau (le vermicelle) vous pouvez réajuster le goût par du miel en plus ou moutarde.

Bon appétit ☺



Ingrédients :

Pour 4 personnes environ

- ✓ 1 filet mignon 700g environ (coupé en morceaux)
- ✓ 2/3 oignons (revenus en mode doré avec la viande)
- ✓ 1 sachet ou 1 demi de poêlée asiatique (congelé) perso j'ai mis un demi sachet 2) selon le nombre de personnes
- ✓ 1 bocal de pousses de soja
- ✓ 1 paquet de vermicelle (chinois) mettre à la fin

Dans un bol

- ✓ 2 C à S de miel
- ✓ 2 C à S de sauce soja
- ✓ 2 C à S de moutarde
- ✓ 1 verre de vin blanc 20cl
- ✓ 3 bols d'eau

POULET À LA CRÈME

RECETTE DE **VERO POINSOT**

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients pour 4 personnes:

4 cuisses de poulet
30 gr de beurre
150 gr de crème fraîche
2 oeufs
Sel poivre



Procédure:

Faire revenir les cuisses dans le beurre.
Ne pas laisser dorer. Salez et poivrez.
Mettez en sous pression pendant 15 mn.
Battez 2 oeufs en omelette et ajoutez la
crème fraîche, salez et poivrez.
Retirez les cuisses du cookeo et mettez
la préparation dans la cuve en conti-
nuant de remuer sans laisser bouillir.
Dès que la sauce devient onctueuse,
arrosez les cuisses avec cette sauce.

Bon Appétit !!!

Parmentier de boudin au camembert

Aliette Dub's

Ingrédients :

Pour 4 ramequins :

- 2 boudins
- tranches de camembert
- 6 pommes de terre
- crème fraîche liquide
- un peu de gruyère râpé

- Mettre les pommes de terre à cuire la moitié du temps au panier vapeur (6-7 mn)
- pendant ce temps, recouvrir le fond du ramequin avec du boudin un peu écrasé
- poser ensuite une couche de camembert au dessus puis les pommes de terre (précuites) écrasées à la fourchette. - rajouter un peu de gruyère râpé
- mettre un peu de crème fraîche liquide au dessus.

Cuisson 5 mn en mode "cuisson rapide" dans le panier vapeur avec 200ml d'eau

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

crevettes/cocktail de fruits de mer

- 1kg de crevettes roses
- 500g de fruits de mer
- 30 cl de crème
- 1cac de fumet de poisson
- 15cl de vin blanc
- 20cl de coulis de tomate
- sel/poivre

Mettre tous les ingrédients dans la cuve, cuisson rapide 10 minutes.
Accompagner de riz.



LENTILLES BOLOGNAISE AU CHORIZO

RECETTE COOKÉO WW

COOKÉO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients 4 personnes (7PP la part)

2 oignons émincés
5 carottes coupées en rondelles
200g de chorizo doux coupé en rondelles
300g de lentilles
1 boîte de tomate concassées
1 kubor
De l'eau



Procédure:

Faire dorer les oignons et les carottes pendant 5mn.

Ajouter le reste des ingrédients et recouvrir d'eau.

Cuisson rapide 12mn

Gnocchis

aux lardons et roquefort

Elodie Manuel



Ingrédients :

Pour 4 personnes:

400g de gnocchis,

Une boîte de lardons,

20cl de crème fraîche,

150 ml d'eau,

100g de roquefort (saint agur pour nous),

sel et poivre.

En mode dorer

Faire revenir les lardons. Puis
mettre tous les ingrédients dans le
cookeo et suivre la recette
gnocchis au safran!!

cuisson 5 mn!!

un vrai régal

PAUPIETTES DE DINDE AUX PRUNEAUX

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients (6 personnes)

6 paupiettes de dinde
125g de lardons
20 pruneaux
1 cube bouillon de volaille
une petite boîte de champignons
crème fraîche
maïzena
vin blanc
un verre d'eau
oignons



Procédure:

Préparation :

En mode manuel

faire dorer les paupiettes ,les oignons et les lardons

ajouter le vin blanc a mi hauteur des paupiettes un verre d'eau le cube de volaille les pruneaux et champignons.

Mettre en mode cuisson rapide 20 MN

En fin de cuisson ajouter la crème et maïzena (pour épaissir si besoin la sauce)

MOULES A LA BIÈRE

RECETTE DE BÉA-MARIE HUE

COOKED DANS LA VIE ET LA BONNE HUMIEUR

Ingrédients :

2 Echalotes
3 kgs de Moules
Du poivre
de l'huile d'olive
20 cl bière
3 cuillères de crème fraîche



Procédure:

Hacher et faire revenir dans cooki en mode dorée avec un fond d'huile d'olive les échalotes puis mettre les moules, poivrer et fermer arrêté le mode doré Les moules vont s'ouvrir et lâcher leur eau. Une fois les moules ouvertes mettre les 20cl de bière et refermer le couvercle, laisser cuire 5 minutes puis ouvrir le couvercle et laisser réduire 5 minutes supplémentaires en maintien au chaud Au moment de servir ajouter les 3 cuillères de crème fraîche.

LAPIN AU CHORIZO PORTUGAIS

INES DUARTE

Ingrédients

1 lapin

Du chorizo

Bouillon de poule

1 boîte de coulis de tomates

Pâtes

1 oignon

1 gousse d'ail

Du thym



Procédure:

Faire revenir oignon et ail, mettre le lapin à revenir, le chorizo, mettre un bouillon de poule, une boîte de coulis de tomate, les pâtes un peu de thym et c'est parti pendant 7 mins ! Ne pas oublier l'eau !!!

Je fais tout au pif alors à vous d'y mettre aussi votre inspiration

Cassolettes au surimi

Préparation :

Ingédients pour 8 personnes :

22 batonnets de crabes
1 pot de 50 cl de crème fraîche
5 grosses carottes
1 oignon
2 echalottes
Persillades
chapelure
150 gr de beurre
2 verres de vin blanc

Mettre votre Cookeo en mode dorer et ajouter immédiatement le beurre, l'oignon et les echalottes émincées. Laisser revenir 5 minutes.

Ajouter, ensuite les carottes rapées et laisser encore 3 minutes.

Ajouter la persillade et le vin blanc et laisser encore 3 minutes.

Ajouter les batonnets de crabes coupés en 4 et laisser encore 3 minutes.

Eteindre le Cookeo, et mettre la crème fraîche. Bien mélanger.

Mettre dans des ramequins, couvrir de chapelure et mettre 15 minutes au four à 180°C.

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

cookeo

RÔTI DE PORC ORLOFF

RECETTE DE TYTYS CRAPOUILLOT

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients :

Un rôti de porc
du plantain
un fond de veau
de l'eau
des tranches de bacon (ou de chorizo)
des tranches de gruyère (ou de fromage à
raclette).



Procédure:

En mode doré et dès le début du préchauffage mettre le rôti avec du plantain et le faire dorer dessus dessous et sur les cotés. Le sortir puis le prétranché. Insérer entre chaque tranche bacon(ou chorizo) et fromage. Le remettre dans cookeo et mettre de l'eau à mi hauteur du rôti avec le fond de veau (ou autre selon vos goûts). Passer en cuisson rapide (ou sous pression selon votre cookeo) 40mn. On peut aussi mettre des lamelles de tomates sur le dessus et mettre de la ficelle alimentaire pour maintenir ou des cure dents.

Pâtes au chorizo

la popotte de marmotte



Ingédients :

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.

Poulet curry coco

Mélanie Guillet



Ingrédients :

1 poulet
(haut de cuisse, pilon, blanc),
1 boîte de lait de coco,
1 oignons,
curry,
pomme de terre,
1/2 poivron rouge (facultatif).

Soupoudrer le poulet de curry.
En mode dorer> cuire le poulet, l'oignon,
rajouter le lait de coco, les pommes de
terre (pour ma part couper en
morceaux), le poivron en dés, sel poivre.

En mode cuisson rapide> 14 min.

Bon app'

PAUPIETTE DE POULET AU RIZ ET PETIT LÉGUME

ELO DY

Ingrédients (4pers)

4 paupiettes si grosses 2 suffissent
300g de riz
2 carottes en des
1 poivron en des
1 oignon emincé
champignons
un kub or
du fond de volaille
eau
sel poivre



Procédure:

mettre à dorer la viande et l'oignon
puis ajoutez le reste des ingrédients dans la
cuve
recouvrir d'eau
cuire 10 minutes en mode sous pression
(rapide)

Bon app'

POTÉE AUX LENTILLES RECETTE DE LAËTITIA MORANGE

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients 8 personnes :

un jarret de porc demi sel
un jambonneau demi sel
8 saucisses fumées
800 grammes de lentilles blondes
8 carottes
2 gros oignons
Poivre
laurier et un cube de légumes.



Procédure:

Mettre toute la viande dans la cuve avec les oignons coupés en morceaux ainsi que les carottes, le laurier, le cube émietté. Couvrir d'eau au trois quart et 25 minutes de cuisson sous pression. Ajouter ensuite les lentilles en ré ajustant l'eau au 3/4 environ. Et prolonger la cuisson de 15 minutes. C'est prêt et succulent . Bon appétit

Pavés de saumon et sa fondue de poireaux

Isabelle Arnaud Pailhès



Ingédients :

Pour 4 personnes :

4 pavés de saumon
4 poireaux
200 ml de fond de poisson
1/2 verre de vin blanc
1 brique de crème liquide
Épice Colombo

Laver et couper vos poireaux en tronçons de 2/3 cm et mettre dans la cuve avec le fond de poisson, le demi-verre de vin blanc et la crème liquide. Mettre en cuisson rapide 5 minutes.

Pendant ce temps la enlever la peaux des saumons (meilleur pour cette recette sinon la peau fait " gélatineuse") et les saupoudrer d épices .

Une fois les 5 minutes écoulés ouvrir son Cookéo remuer un peu vos poireaux et poser par dessus vos saumon et refermer et lancer de nouveau une cuisson rapide de 5 minutes.

A servir avec du riz blanc

Voila bon appétit



Poulet basquaise

Proposée par Idées Recettes Cookeo



Ingrédients

pour 4 personnes

- 4 cuisses de poulet
- 2 poivrons rouges- 2 poivrons vert
- 2 oignons
- 1 boîte 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/ 1cuillère 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 !

Poêlée de brocolis et st jacques

Elise Bigouden



Ingédients :

250 gr de champignons émincés,
un bouquet de fleurettes de brocolis,
quelques petoncles
(surgelés picard en ce qui me concerne) ,
un kub or,
sel, poivre, persil .

Mettre le tout dans la cuve avec un
petit verre d'eau (verre a moutarde) ,
cuisson rapide 8 min .
Testé et approuvé, c'est délicieux !

ENDIVES ET LARDONS À LA TOMATE RECETTE DE ANNE MARIE LOUSTAUD

COORBO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients pour 2 personnes :

5 petites endives
200gr lardons allumettes
70gr de concentré de tomates
Oignons surgelés
2 gousses d'ail
Fromage râpé
Persil
Sel poivre.



Procédure:

Faire dorer les lardons allumettes, rajouter 3 grosses poignées d'oignons surgelés émincés ainsi que l'ail émincé. Quand l'eau rendue par les oignons s'est évaporée rajouté les endives coupées en morceaux. Délayer le concentré de tomates avec 400ml d'eau. Le rajouter à la préparation et mettre un peu de persil, sel et poivre. Passer en cuisson rapide 10mn. A la fin rajouter 2 grosses poignées de fromage râpé. Bonne appétit !

Boeuf braisé à la guinness

Virginie Mary



Ingrédients :

Pour 6 personnes

- 1 kg paleron de boeuf
- 25 cl de guinness
- 4 à 5 carottes
- 200 gr de lardons
- champignons de paris
- sel poivre
- 2 gousses d'ail
- 2 oignons
- 25 cl bouillon de boeuf
- beurre huile maizena

Sur le mode dorer, y mettre huile et beurre et faire dorer la viande que vous aurez découper en cubes

Retirer la viande et y mettre les oignons émincés ainsi que les lardons

Faire bien dorer, ajouter les carottes en rondelles et l'ail émincé. Y redéposer la viande, le bouillon et la bière - sel poivre

- choisir la recette boeuf bourguignon
en fin de cuisson, ajouter les champignons de paris coupés en morceaux ainsi qu'un peu de maizena si vous voulez une sauce plus épaisse . c'est à tomber

Pavé de saumon au miel

Gwen Cuvillier



Ingédients :

Pour 2 personnes

- 2 pavés de saumon
- 1 cuillère à soupe de miel
- 2 cuill à soupe de crème fraîche
- épices à columbo
- 10cl de vin blanc

Dans la cuve mettre le vin blanc, la crème fraîche, les épices et un verre d'eau.

Placer le panier vapeur dans la cuve avec les pavés de saumon tartinés de miel.

Mettre en cuisson rapide pendant 5min.

Sortez les pavés du Cookéo puis avec de la fécule de maïs épaissir un peu la sauce.

Il n'y a plus qu'à déguster.

paupiettes de porc exotique

www.cookejbh.fr

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

4 paupiettes de porc

1 boîte d'ananas en morceaux et son jus

oignon (2 ou + beau)

Piment d'Espelette 1/2 c à c

curry de votre choix 1 c à c

5 épices 1 c à c

sel, et poivre du moulin

2 cuillères à café de sauceline

Procédure :

faire dorer les paupiettes, ensuite rajouter les oignons émincés fins

DORER

Ensuite ajouter le jus et les ananas, les épices cuire cuisson rapide 15 mn ajouter la sauceline

Œufs cocotte saumon-épinards AU COOKEO

4 gros œufs de ferme
1 c. à s. d'huile d'olive
200 g d'épinards frais équeutés et lavés (ou décongelés en branches)
Sel
1 gousse d'ail pelée
25 g de beurre très mou
120 g de saumon fumé en dés
4 c. à s. de crème liquide
8 tranches de pain (ficelle) coupées en biseau

01) Mettre le COOKEO en mode DORER. Faites chauffer l'huile dans la cuve. Ajoutez les épinards et salez. Remuez quelques secondes avec l'ail piqué au bout d'une fourchette en bois, jusqu'à ce qu'ils aient réduit.

02) Tapissez 4 ramequins beurrés de feuilles d'épinard, en débordant un peu sur l'extérieur des ramequins, et gardez le reste. Répartissez-y

la moitié du saumon. Cassez 1 œuf dans chaque récipient. Ne rabattez pas les feuilles d'épinards. Couvrez les ramequins de film alimentaire puis posez-les dans le panier à vapeur. Mettez celui-ci dans le cookeo contenant 200 ml d'eau bouillante.

03) Fermez la cocotte. Pour une cuisson rapide de 4 minutes.

04) Sortez le panier de la cuve et retirez le film. Versez la crème sur les œufs et rabattez les feuilles d'épinard dessus. Si vous le souhaitez, vous pouvez démouler les œufs : passez la lame d'un couteau autour de l'œuf cocotte. Posez le ramequin sur une assiette et retournez l'ensemble. Posez une autre assiette dessus et retournez encore une fois l'ensemble.

05) Passez les tranches de pain 30 s sous le gril du four. Garnissez les avec le reste des épinards et du saumon. Servez avec les œufs cocotte, démoulés ou non.

pomme de terre saint agur

Procédure :

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

Pour 3 personnes

- * 6 pommes de terre coupées en morceaux moyens
- * 1/2 Saint Agur Frais Plaisir
 - * 150g lardons
 - * 2 petits oignons
- * 200g poivrons tricolores surgelés
 - * 20cl crème liquide 30%
 - * Sel poivre
 - * 1Cs huile olive

- En mode DORER faire revenir les oignons émincés, les lardons dans l'huile d'olive
- Ajouter le reste des ingrédients, bien mélanger
- CUISSON SOUS PRES-SION 8 mn

Poulet mariné au citron vert et au gingembre

Ingrédients pour 4 personnes

- 600 g de blancs de poulet
- 2 gousses d'ail
- 1 oignon
- 2 citrons verts
- 4 cm de racine de gingembre frais
- 1 petit piment frais
- 6 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 1 cuil. à café de sauce nuoc mâm
- 1/2 bouquet de ciboulette
- 1 cuil. à café de baies roses
- sel, poivre

Etapas de préparation

1 Emincez les blancs de **poulet** en dés. Enfilez-les sur des piques à bois puis placez-les dans un plat creux. Râpez le zeste des citrons sur le poulet.

2 Pelez l'ail et l'oignon, puis hachez-les finement

avec le piment épépiné. Epluchez le gingembre et râpez-le.

3 Dans un bol, mélangez l'huile avec le jus des citrons, la sauce nuoc mâm, le hachis d'ail, d'oignon et de piment, le gingembre et la ciboulette ciselée.

Salez, poivrez. Versez cette marinade sur les brochettes de poulet puis saupoudrez avec les baies roses concassées. Couvrez d'un film alimentaire et laissez mariner 2 h minimum avant de servir.

Astuces et conseils pour Poulet mariné au citron vert et au gingembre

Si le fait de manger de la viande de poulet crue ne vous emballer pas, n'hésitez pas à faire revenir rapidement ces brochettes dans le cookeo

Pomme de terre farcie

Par Nathalie Vilmoth



Ingrédients :

- ✓ 4 filets de poulet
- ✓ 5 grosses PDT
- ✓ Curry, Curcuma, sel, poivre, piment
- ✓ 1 bouteille de 40 cl de crème liquide
- ✓ coleslaw maison, et où en barquette
- ✓ huile d'olive

Pour 5 personnes environ

Procédure :

Faire mariner la viande 1 heure minimum à l'avance :

Dans un plat mettre le poulet découpé avec de l'huile d'olive, sel, poivre et une pointe de piment, mettre au frais.

Faire cuire les PDT dans la cuve du cookeo, recouvrir d'eau, cuire 25 minutes en cuisson rapide,.

Une fois les PDT cuites les réserver au chaud (au four par exemple)

Mettre à dorer le poulet, ajouter la crème liquide et réserver dans un plat.

Couper les PDT et creuser l'intérieur, mettre dans le trou une noisette de beurre et saler.

Garnir l'intérieur avec le poulet, arroser de sauce et saupoudrer de sésames grillés et de queue d'oignon.

Servir avec du coleslaw.

Bon appétit ☺

Colin à la provençale

Chinese Nonimace



Ingédients :

Pour 4 personnes

- 4 pavés de colins surgelés
- 1 boîte de pulpe de tomates
- olives noires (ou vertes)
- persillade
- 1 marmite de bouillon (ou bouillon-cube émietté)

* Mettre dans le cookeo la pulpe de tomates et les olives

*Ajouter la persillade, la marmite de bouillon puis remuer

*Déposer les pavés de poisson sur la sauce

*Lancer en mode cuisson rapide pour 3 minutes

*Servir avec du riz

Tartiflette Dietetique

Alex L'américain

Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 2 oignons
- 400 g de pommes de terre
- 200 g d'allumettes de bacon
- 800g de poireaux
- 15 à 20 cl de vin blanc
- cumin
- sel, poivre
- 1 pot de concailote

Tout mettre dans la cuve
sauf la concailote.

Mettre en cuisson rapide 15
min.

Ajouter la pot de concailote
et mélanger.

POIVRONS A L'ANDALOUSE RECETTE DE NATHALIE PAQUE

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients 4 personnes :

450 g de pois chiches en boîte

un dose de safran

1 c à S huile d'olive

2 gousses d'ail écrasées

1 oignons émincés

3 gros poivrons (rouge, jaune et vert)

coupés en fine lanière

225 de chorizo finement tranchés

15 cl de bouillon de poule

dégraissé (en cube)

1 c. à s. de persil ciselé

Sel et poivre du moulin.



Procédure:

Rincez et égouttez les pois chiches.

Mettez l'huile d'olive à chauffer dans une grande poêle à frire, puis faites rissoler l'ail, l'oignon et les poivrons jusqu'à ce qu'ils soient bien tendres. Ajoutez les rondelles de chorizo, laissez griller et incorporez les pois chiches et le safran, puis arrosez avec le bouillon de poule. Faites cuire durant 10 min pour laisser le liquide s'évaporer.

Rassemblez tous les ingrédients. Salez, poivrez et terminez en saupoudrant ce plat de persil ciselé.

Au Cookéo :

Rincez et égouttez les pois chiches.

En mode dorer faites rissoler l'ail, l'oignon et les poivrons avec l'huile d'olive, jusqu'à ce qu'ils soient bien tendres.

Ajoutez les rondelles de chorizo, laissez griller et incorporez les pois chiches et le safran, puis arrosez avec le bouillon de poule.

Mettre en cuisson sous pression durant 5 min.

Marmite espagnole

version WW 9 pp

Karine Radman



Ingrédients :

Pour 6 personnes

- 600 gr de blanc de poulet coupés en morceaux.
- 3 oignons éminces
- 2 poivrons rouge coupés en morceaux
- 160 gr de chorizo doux coupés en tranches
- 100 gr d'allumettes de bacon ou coupés des tranches de bacon en mini aiguillettes.
- 180 de riz
- 1 cc de cumin
- 1 cc de paprika
- 1 a 2 pincée de piment de Cayenne
- 300 ml d'eau avec un cube de bouillon volaille.

Mettre tout dans le cookeo et remuer pour mélanger .

Mettre en mode cuisson rapide 10 min et régalez vous !!!

Boeuf haché à la

Karine Radman

5 pp méditerranéenne WW



Pour 6 pers **Ingédients :**

- 375 gr de boeuf haché à 5 %
- 2 oignons émincés
- 2 gousses d'ail hacher
- 1 aubergine éplucher et en dés
- 3 courgettes éplucher et en dés
- 1 poivron rouge en dés
- 5 tomates en petits morceaux
- 200 ml d'eau avec 1 cube ail et persil
- sel et poivre .

Mettre de l'huile avec le spray environ une vingtaine de pchitts rapide, faire dorer l'oignon , l'ail et la viande hacher (environ 3 a 5 min) saler et poivrer.

Ajouter le reste des ingrédients , ajouter l'eau avec le cube, mélanger le tout .

Remettre du sel et poivre si vous le souhaitez et mettre en cuisson rapide 10 min et déguster !!

Gnocchi bacon sauce boursin

Virginie Dupont

Ingrédients :

- 300g de gnocchi
- 150g allumettes de bacon
- 1grosse cuillère de boursin cuisine
- 20cl d'eau
- 20cl de creme liquide

Mettre les allumettes de bacon en mode dorer 2 a 3 min
Puis mettre tous les ingredients et passer en mode recette gnocchi au safran 5min.



Poêlée de Poireaux & Surimi au curry

proposée par Barbara Levy



Ingrédients

(pour 4 personnes)

- 8 à 10 poireaux
- 30 bâtonnets de surimi
- 50 cl de crème fraîche épaisse
- 2 cuillères à café de curry

~ Faire cuire les poireaux en mode ingrédients

~ Faire dorer les poireaux une fois cuit avec les surimi la crème et le curry avec 1 filet d'huile d'olive pendant 2/3 minutes

~ Passer en mode réchauffage pendant 5 minutes

Vous pouvez déguster c'est excellent!!!



Pôelée de poireaux et crevettes

proposée par Franck Cuipeck



Ingrédients

500g de poireaux surgelés

huile d'olive

250g de queues de crevette congelés

briquette de 200ml de crème liquide

sel poivre

En mode manuel > mode dorer

mettre 500gr de poireaux en rondelles congelé avec un
filet d'huile d'olive

Faire revenir 5mn

+y ajouter 250 gr de queues de crevettes congelées à la
provençale acheté chez aldi

puis une briquette de 200ml de crème liquide+sel et
poivre!

Passer en mode cuisson rapide 10mn !

Poelé perigourdine à ma façon

Maggylolamax Biz

Ingrédients :

- 3 pdt
- 150gr de haricots verts (surgelé pour moi)
- 250g de gésiers
- 200gr de lardons
- un oignon
- 1 cs d'eau
- sel, poivre

Couper vos pommes de terre en rondelles et les mettre avec les haricots verts dans le panier, 200ml d'eau dans la cuve et cuisson rapide 6 min (il faut que les pommes de terre et les haricots restent croquants) Ensuite mettre les lardons et les gésiers ensemble en mode dorer (directement pendant le préchauffage) jusqu'à ce qu'ils soient un peu dorer, puis les retirer à l'écumoire pour laisser la graisse dans le fond de la cuve (couper le mode dorer)

Faire revenir l'oignon haché finement (car les enfants les morceau d'oignons ça passe pas) dans la graisse avec une cuillère à soupe d'eau pour éviter que ça cuise trop vite.

Une fois les oignons dorés, couper le mode dorer, ajouter le mélange lardon gésiers et mélanger puis rajouter le mélange pdt/haricots vert puis remélanger, rallumer le mode Dorer et laisser poêler tout en remuant quand vous avez le dorage voulu, couper et voilà c'est prêt !

Marmite aux fruits de mer

500 g de fruits de mer surgelés
40 cl de coulis de tomate
2 oignons
2 échalotes
1 gousse d'ail
240 g de riz
huile d'olive
sel poivre
cumin piment de cayenne
cumin
persil
30 cl d'eau

Peler et émincer les oignons et les échalottes.

Peler et dégermer l'ail et l'écraser.

En mode dorer faire revenir dans un peu d'huile l'ail, l'oignon, l'échalote et les fruits de mer, pendant 4 min.

Ajouter le coulis de tomate, le riz les épices et l'eau.

Cuisson rapide 8 min.

Côtes de porc sauce moutarde à l'estragon

Enza Brigitte Ludo

Ingrédients :

Pour 2 personnes :

- 2 côtes de porc
- 200ml d'eau
- 3 très grosses cuillères à soupe de moutarde à l'estragon
- une cuillère de crème
- 400 gr de choux fleur congelés

Faire dorer les côtes de chaque côté
Ensuite les enlever

Déglaçer la cuve avec 200ml d'eau

Mettre la moutarde à l'estragon

Bien mélanger

Remettre les côtes

Et 5mn cuisson rapide

Au moment de servir ajouter une cuillère de crème

Et pour le chou fleur congelé, cuisson vapeur avec 300 ml d'eau 5 mn cuisson rapide

Camembert pané

1 camembert
1 oeuf
chapelure
beurre
farine

Battre l'oeuf en omelette.
Rasser le camembert dans l'oeuf battu sur toutes les faces, puis dans la farine. Repasser le dans l'oeuf puis dans la chapelure.
En mode dorer mettre le beurre puis saisir le camembert. Le faire cuire sur toutes les faces.
Le camembert est cuit quand il commence à s'affaisser un peu.
Découper le camembert en 2 servir avec des légumes.

Noix de St Jacques et crevettes a la crème et cumin

Laëtitia Hanvic

Ingédients :

- * 500gr de noix de St Jacques
- * 300gr de gambas
- * 1 grand verre de vin blanc
- * 1 cc de fumet de poisson
- * de la poudre de cumin (quantité selon vos goûts)
- * sel et poivre
- * 2 échalotes
- * 1 gros oignon
- * 20cl de crème liquide (ou de la crème fraîche épaisse si vous préférez)
- * 1 peu d'arômes " secret d'arôme plein sud de knorr "
- * de la sauceline pour épaissir la sauce

- * en mode doré faire revenir l'oignon , les échalotes
- * rajouter le vin blanc , cumin , arômes , sel et poivre , fumet de poisson
- * rajouter les noix de St Jacques et les gambas
- * mettre 2min en mode cuisson rapide (sous pression)
- * 1 fois fini ajouter la crème , la sauceline pour épaissir la sauce et laisser 2min en maintenant au chaud

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

Filet de cabillaud à la moutarde

Stéphanie Carlier



Ingrédients :

Pour 2 pers

1 filet de cabillaud

6 échalotes

2 cs de moutardes

2 cs de jus de citron

50g de fromage blanc 0%
ou 4 cs de crème fraîche

Hacher les échalotes les faire dorer
avec du beurre et rajouter 2 cs d'eau

Mélanger le fromage blanc avec la
moutardes et le jus de citron

Mettre le filet de cabillaud sur les
échalotes (moi j'ai fais dorer le filet de
cabillaud 2 mn de chaque côté avant)

Et cuisson rapide 10 mn

Filet mignon de Porc au miel (recette WW)

Carole Legeay

Ingédients :

Pour 4 personnes :

- 2 oignons
- 480g de filet mignon
- 8 c à c de miel
- 60 ml de vinaigre balsamique
- 2 c à s de sauce soja
- 1 boîte de tomates concassée
- sel, poivre

Mettre les oignons en mode DORER ainsi que le filet mignon en tranches.

Faire revenir 2 min

Ajouter tous les autres ingrédients.

Ajouter 100 ml d'eau.

Cuisson rapide 10 min

RÔTI DE PORC AU FROMAGE ET CHAMPIGNONS

RECETTE PROPOSÉE PAR VALÉRIE DAJAS

RECETTE COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients (4/6 personnes)

300g de champignons

1 oignon rose

3 gousses d'ail

1 rôti de porc

10 tranches de fromages à raclette ou autres

Quelques petites pommes de terre

250 ml de bouillon de

volailles

sel, piment d'Espelette



Procédure:

Faire revenir les champignons coupés en morceaux avec les oignons et l'ail, en mode dorer pendant 10 minutes.

Retirer l'eau dégagée par les champignons.

Pendant ce temps préparer le rôti en le tranchant en partie et en intercalant du fromage.

Poser le rôti dans le cookeo et mettre les pommes de terre sur le côté.

Mettre le bouillon de volaille, saler et pimenter à votre convenance

Lancer la cuisson sous pression pour 45 mn.

Pâtes à la carbonara à ma façon

Severine Seckinger

Ingrédients :

350g de tagliatelles fraîche

300g de lardons

Fond de veau

La moitié d'un pot de crème fraîche

3 fromages à croque monsieur

Ciboulettes et 35 cl d'eau

Préparation :

Faire dorer les lardons et ajouter 2 cuillères de fond de veau bien mélanger.

Rajouter la ciboulette et la crème remuer encore.

Ajouter les fromages puis une fois fondus les tagliatelles.

Mettre 3 minutes en cuisson rapide.

ddb

risotto au potimarron et noix de saint jacques

www.cookeojbh.fr

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

Pour deux personnes

500g de potimarron

100g de riz à risotto

Quelques pistils de safran

Eau

1 bouillon cube aux légumes

4 noix de Saint Jacques

Procédure :

Placez les morceaux de potimarron dans le panier vapeur du cookéo. Lancez le mode Cuisson Rapide, pendant 4 minutes.

Laissez refroidir, puis coupez le potimarron en petits morceaux.

Lancez le mode Dorer, faites revenir votre potimarron quelques minutes, ajoutez quelques pistils de safran, puis le riz. Mélangez.

Recouvrez le tout d'eau (L'eau doit juste recouvrir le riz, pas plus). Placez votre bouillon cube.

Lancez le mode Cuisson Rapide pendant 10 minutes.

Une fois la cuisson finit, ouvrez le couvercle et mélangez bien. Placez les noix de Saint Jacques sur le risotto, et refermez le couvercle, Laissez au chaud pendant environ 10 minutes.

Lentilles aux 2 saucisses

Source : Morgane KERRIEN
Inspirée d'une recette Tupperware

Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 100 g de lardons allumettes fumés
- 400 g de Lentilles vertes du Puy
- 4 carottes
- 4 saucisses fumées
- 1 saucisson de Morteau ou 2 saucisses de Toulouse
- 1 bouquet garni
- 1 oignon
- 2 clous de girofle
- Poivre (à volonté)
- 2 cubes de bouillons de boeuf

- Faites dorer les lardons en mode "Dorer".

- Lavez, épéchez et coupez les carottes en rondelles.

- Ajoutez les lentilles, les carottes, les saucisses, le saucisson, le bouquet garni, l'oignon piqué avec les clous de girofle, le poivre, les cubes de bouillons de boeuf émiettés et l'eau.

- Faites cuire en mode "Cuisson sous pression" pendant 15 à 20 minutes

Les courgettes à la menthe

Jean-Claude Lyonne



Ingrédients :

Des courgettes
de l'huile d'olive,
de l'ail,
du persil
de la menthe
du pain grillée
un peu de tapenade

Tu cuis tes courgettes avec un petit
peu d'huile d'olive, ail, persil au
cookéo

tu laisses ensuite refroidir et tu
ajoutes de la menthe ça te fait une
bonne entrée

Mettre sur du pain grillée avec un peu
de tapenade !
bon appetit

Paupiette de porc a la tomate

Isabelle Fugier



Ingédients :

pour 6 personnes

6 paupiettes

lardons fumes

oignons

tomates concasse

1/2 l de fond de veau

**En mode doré mettre l'oignon
lardons et paupiettes un peu de
farine et faire revenir quelques
minutes ,ajouter les tomates et le
fond de veau et cuisson rapide
15mn**



Boeuf bourguignon

proposée par clickncook.fr



Ingrédients

Pour 2 personnes :

600 gr de boeuf (j'ai trouvé que ça faisait beaucoup)

230 gr de champignons de paris (1 petite boîte)

400 gr de pomme de terre

400 gr de carotte

5 tranches de bacon (ou 50 gr de lardons)

250 ml de vin rouge

1 cs d'huile d'olive

150 ml de fond de veau

1 bouquet garni

1 oignon

sel, poivre du moulin

Préparez vos ingrédients et épluchez les pommes de terre et carottes puis coupez-les en morceaux.

Coupez le boeuf en morceaux de 25 gr environ. 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, le boeuf 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.

RIZ AUX CHIPOLATAS

Nath Eddie

Ingrédients :

pour 2 personnes :

- 6 chipolatas
- 150 gr de riz
- 300 ml de fond de veau
- 1 oignon

Faire revenir en mode " Dorer " l'oignon et les 6 chipolatas coupés en morceaux. Rajouter le riz , et ensuite le fond de veau mélanger le tout. Cuisson rapide 10 min

SAUTÉ DE PORC PDT A LA MOUTARDE RECETTE DE SONIA MANUEL

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients 4 personnes :

500gr de sautés de porc
2 cas de moutarde a l ancienne
1 filet d huile d 'olive
Le jus d 1/2 citron
1 cc de gingembre
2 oignons
1c a c de curcuma, sel poivre, maïzena
1/2 verre de vin blanc sec
6 belles pommes de terres
1c a s de crème fraîche,
1 a 2 c a s de moutarde forte
2 gousses d ail
300 ml de fond de veau.



Procédure:

J'ai fais mariner 500gr de sautés de porc dans 2cas de moutarde a l ancienne, 1 filet d huile d olive, jus d 1/2 citron, et une cuillère a café de gingembre, bien mélanger, j ai mis au frais pendant 3 h environ. Dans la cuve émincer 2 oignon que je fais dorer avec un filet d huile d olive, j ai rajouter ma viande mariner et enrober de tout les ingrédients précédemment cites, dorer la viande quelques minutes pour une jolie coloration, puis ajouter 1c a c de curcuma, sel poivre, 1/2 verre de vin blanc sec pour déglacer, ajouter 6 belles pommes de terres coupes en morceaux, 1c a s de crème fraîche, 1 a 2 c a s de moutarde forte (au gout), 2 gousses d ail écrasés, et environ 300 ml de fond de veau. Bien mélanger, 15 min en cuisson rapide et j ai pris a la fin un peu de jus de cuisson pour y délayer une cuillère de maïzena, rajouter le mélange dans la cuve et bien mélanger en mode dorer 2 a 3 min pour épaissir la sauce



Photo Galice Everit

Cuisse de dinde au vin blanc et son quinoa

Audrey ESCRIG

Ingrédients pour 4 personnes :

Oignons

Cuisse de dinde de env. 650 g

1 c à c de moutarde

1 c à c de moutarde en grain

25 cl d'eau

25 cl de vin blanc (briquette)

1 bouillon de poule dégraissé

Sel, poivre

2 verres de quinoa

Préparation :

Faire dorer l'oignon et le mettre de côté. Faire dorer la cuisse de dinde.

Une fois bien dorée des 2 côtés remettre l'oignon.

Mettre les cuillerées de moutarde.

Verser l'eau et le vin. Mettre le bouillon cube, saler, poivrer.

Mettre en cuisson rapide 10 min.

Ajouter les 2 verres de quinoa, mélanger et remettre 10 min en cuisson rapide.

Poulet, lardons, pommes de terre

Jessica Bennetier

Ingrédients :

- 2 oignons
- 2 échalotes
- 200 g de lardon
- 3 blanc de poulet couper en morceau
- 6 pommes de terre
- sel , poivre
- herbe de provençal
- 1 pots crème fraîche
- 2 petit bouteille vin blanc

Faire revenir les lardons, oignons, échalotes, les morceaux de poulet. Puis ajouter la crème fraîche puis le vin blanc ensuite les pommes de terre, les herbe sel et le poivre.
Cuisson rapide 20mn

Boudins blanc à la provençale

Magali Garrido

Ingrédients

Pour 4 personnes:

- 4 boudins blanc
- 200gr de champignons de Paris
- 1 oignon
- 200gr d'olives vertes dénoyautées
- 1 petite boîte de concentré de tomate
- 1 petite brick de vin blanc
- sel, poivre, thym, laurier,
- 1 pointe de piment de cayenne
- 1 C à S d'huile d'olive

En mode dorer, faire revenir l'oignon dans l'huile, puis les champignons. pendant ce temps retirer la peau des boudins pour éviter qu'ils éclatent. ajoutez les boudins, les faire revenir quelques instants, mettre le concentré de tomate, puis le vin blanc, bien délayer. ajoutez les olives, les aromates et épices. passer en cuisson rapide 15min,

Servir avec de la semoule ou du riz



Endives à la cancoillotte

proposée par Lolo Fri



Ingédients

pour 4 personnes:

4 endives moyennes

2 pommes de terre moyennes

1 gros oignon

25g d'allumettes de bacon fumé

2 knackies (pour moi de poulet)

2/3 d'1 pot de cancoillotte nature

1/2 verre de vin blanc

sel, poivre

Mettre le Cookéo en manuel "dorer", il va préchauffer.

Pendant ce temps :

Emincer finement les pdt et l'oignon

Couper les knackies en rondelles assez fines

Couper les endives en dés moyens

Quand Cookéo est prêt :

Verser le vin blanc

Ajouter les pdt, l'oignon, le bacon et les knackies

Remuer un peu et faire dorer 2 minutes.

Ajouter les endives, mélanger, puis verser la cancoillotte sur le mélange.

Arrêter de dorer et passer en "cuisson rapide" pour 3 minutes.

Quand c'est terminé, reprendre en "dorer" pour faire évaporer un peu du jus de cuisson, assaisonner.

C'est prêt!!

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

Poulet comté chou champignons

Catherine Felt

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 4 escalopes de poulet coupées en dés
- 100g de lardons fumés
- 1 chou blanc ou vert râpé grossièrement
- 10 champignons de Paris émincés
- 150 ml de vin blanc
- 150ml de crème liquide 150ml d'eau
- 1 marmite bouillon volaille
- 1 échalote émincée
- 150 g de comté rapé
- Maïzena

Faire dorer l'échalote et le poulet et lardons

Saler, poivrer

1 fois bien dorés, rajouter le reste des ingrédients en finissant par le comté

Bien mélanger

15 min cuisson rapide

A la fin de la cuisson , rajouter 1 peu de maïzena pour épaissir la sauce et maintien au chaud

Marmitte espagnole allégée (9pp)

Taly Bouly

Ingrédients :

Pour 5 personnes

- 1 chorizo St Agaune (11pp)
- 1 gros poivron rouge (0pp)
- 500g de filet de volaille en dés (15pp)
- 2 oignons
- 1 c à c de paprika
- 1 c à c de cumin
- 1/2 c à c de piment
- 180 g de riz cru (17pp)
- 1 tablette de cube bouillon (1pp)
- 300 ml d'eau
- 100g de dés de bacon (3pp)

Tout mettre dans le cookeo
et faire cuire 10 min

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

cookeo

Poule à ma façon

Tina Francois Mialot



Ingrédients :

4 personne :

une poule 1,200kg,
une marmite bouquet garni de knorr,
une marmite de bouillon de poule knorr
1 litre d'eau,
4 carottes,
un petit poireau,
un oignon

Mettre la poule dans la cuve avec 1 litre d'eau et bouquet garni, cuisson rapide 30mn.

Après vidé la cuve (réservé l'eau de cuisson) mettre une noisette de beurre faire doré l'oignon avec la poule carotte poireau en rondel mettre marmite bouillon de poule rajouté l'eau de cuisson de la poule, cuisson rapide 15m, une fois la cuisson terminée, je laisse un peu de liquide dans la cuve, je mets 500gr de riz je rajoute un peu d'eau que ça recouvre le riz je touille bien, cuisson rapide 8m. c'est un délice

Filet mignon aux épices tandoori

www.cookeojbh.fr

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

2 petits oignons

20cl d'eau chaude

250gr de champignons émincés

2 carottes

2CS de fond de veau

4cc d'épices Tandoori

4CS de crème fraîche

Procédure :

Mettre le COOKEO en mode dorer.

Pendant ce temps, détailler en morceaux le filet mignon. Emincer l'oignon, les champignons, et, couper en rondelles les carottes.

Une fois le préchauffage terminé, faire revenir le filet mignon de tous les côtés.

Ajouter l'oignon émincé. Ajouter l'eau chaude et les 2CS de fond de veau.

Bien mélanger.

Ajouter les champignons et les carottes.

Mélanger.

Passer le COOKEO en mode cuisson rapide pendant 15 minutes.

Une fois la cuisson terminée, ajouter la crème et les épices Tandoori.

Filet Mignon / Pommes De Terre, Carottes



Sonia Bommersbach

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients : Pour 5 personnes environ

- ✓ 2 filets mignons de porc
- ✓ 600 gr de pommes de terre
- ✓ 600 gr de carottes
- ✓ 1 petit oignon
- ✓ 2 gousses d'ail
- ✓ 100 ml d'eau
- ✓ 100 ml de vin blanc
- ✓ 1 cube de bouillon de volaille
- ✓ sel, poivre
- ✓ persil

Procédure :

Lancer le Cookeo en mode « dorer »

Couper les filets mignons en tranches et le faire dorer avec l'oignon émincé et l'ail pressée.

Rajouter les liquides et le bouillon cube.

Lancer une cuisson rapide pour 20 minutes.

Pendant ce temps éplucher les carottes et les couper en rondelles, éplucher les pommes de terre et les couper en quartiers.

A la fin de la cuisson ouvrir le Cookeo, rajouter les légumes, saler, poivrer et parsemer de persil.

Lancer à nouveau une cuisson rapide pour 10 minutes.

C'est prêt

COLOMBO DE POULET

Ingrédients (pour 4 personnes) :- 4 cuisses de poulet

- 1 oignon
- 1 aubergine
- 1 courgette
- 3 pommes de terre
- 6 gousses d'ail
- 1 échalote
- 3 cuillères à soupe de thym
- 2 cuillères à soupe de persil
- 1 cuillère à café de coriandre
- 1 cuillère à soupe de piment de Cayenne ou 1 piment vert
- 3 cuillères à soupe d'épices à Colombo
- le jus d'un citron
- 1 cuillère à soupe de vinaigre
- 15 cl de lait de coco
- sel, poivre

Préparation de la recette :

Préparer la marinade avec une échalote, 4 gousses d'ail écrasées, 1 cuillère à soupe de vinaigre, 1 tasse

d'eau, 1 cuillère à café de coriandre et 1 cuillère à soupe de Colombo.

La verser sur le poulet salé et poivré et laisser toute une nuit au réfrigérateur.

Dans LE COOKEO en mode dorer, faites revenir l'oignon émincé avec une gousse d'ail écrasée.

Ajouter le poulet le faire dorer sur toutes ses faces en ajoutant peu à peu le jus de macération.

Ajouter les pommes de terre, les aubergines et les courgettes coupées en gros cubes, le jus de citron et les épices (sauf ail et colombo).

Laisser cuire 7 minutes en cuisson rapide.

Incorporer le Colombo et bien mélanger. Laisser mijoter 15 min ou cuisson rapide pour 7 minutes.

Verser le lait de coco et laisser cuire encore 5 minutes en maintien au chaud

Rectifier l'assaisonnement et servir bien chaud avec du riz.

Recette Lapin à la moutarde et au lait de coco

Ingrédients / pour 5 personnes

- un lapin
- une petite brique de lait de coco (20 cl)
- 4 cuillères à soupe de moutarde
- 1 boîte de champignons de paris
- un oignon émincé
- un cube bouquet garni
- sel

PREPARATION Lapin à la moutarde et au lait de coco

1 Quelques heures avant la cuisson, assaisonner les morceaux de lapins en les badigeonnant avec deux cuillères à soupe de moutarde et un peu de sel.

2 Faire revenir dans le mode dorer, les morceaux de lapin pendant à peu près 40 minutes jusqu'à ce que les morceaux soient bien dorés (ajouter un peu d'eau si nécessaire).

3 Ajouter les champignons, l'oignon émincé, le cube **bouquet garni** et faire revenir 5 minutes.

4 Dans un bol, verser le lait de coco et deux cuillères à soupe de moutarde puis remuer. Verser ce mélange sur les morceaux de lapins.

Pour finir

Ajouter deux bols d'eau puis et cuisson rapide pendant 10 minutes.



Rôti de Porc Crémant Pêches

www.cookeojbh.fr



Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

- ✓ 1 rôti de porc +/- 800 grammes
- 1 boîte de pêches en tranches
- 1 bouteille de crémant pêches
- 1 ravier de champignons de paris
- ✓ Fromage à tartiner philadelphia

Procédure :

faire dorer la viande de chaque côté, poivre et sel. mélangé un peu de sirop de pêches avec deux Càs de fromage à tartiner Philadelphia nature versé sur la viande et arrosé le tout avec le crémant. rajouté des champignons de Paris Cuisson mode rapide 20 minutes environ . Sortir la viande du cookeo lier la sauce remettre la viande , les pêches en tranches

Sauté de porc aux abricots



Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

- ✓ 500gr de sauté de porc
- 15 abricots secs
- 1 oignon émincé
- 2 c.a.c. de fond de veau
- 1 petite c.a.c. de paprika
- 1 petite c.a.c. de cumin
- 1/2 c.a.c. de cannelle
- 1/2 c.a.c. de muscade
- 1 c.a.s. de miel
- 3 c.a.s. de farine
- 400ml d'eau

Procédure :

*Mettre le cookeo en mode
dorer*

*Faire revenir la viande et
l'oignon*

*Mettre tous les autres in-
grédients*

*Passer le cookeo en mode
cuisson sous pression*

15min

Bon appétit :)

little jack

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

5 Little Jack

300 g de champignons de Paris

150 de lardons

1 échalote

châtaignes (une bonne vingtaine)

2 grosses cuillères à soupe de crème

Procédure :

Placer 200 ml d'eau dans la cuve ,mettre les little jack
(après les avoir bien lavés) dans la cuve et lancer programme
manuel cuisson rapide pour 10 min.

Préparer les champignons les éplucher et les couper en pe-
tits morceaux.

Émincer l' échalote.

Couper également les marrons en petits morceaux.

Faire revenir dans un petit peu d'huile d'olive les lar-
dons ,échalote, champignons et marrons en position manuel
"dorer".

Pendant que ça dore couper le chapeau de vos little jack et
retirer les pépins à la petite cuillère

Quand tout est bien rôti ajouter la crème fraîche, bien mé-
langer et remplir vos petits potirons ,replacer le chapeau

Bolognaise de porc et Ces petits légumes

Par Valérie Dajas



Ingrédients :

Pour 4 personnes environ

- ✓ 1 oignon
- ✓ 500 g de rôti de porc dans l'échine
- ✓ 2 poivrons
- ✓ 3 courgettes
- ✓ 5 ou 6 Carottes
- ✓ 500 g de coulis de tomate
- ✓ 200 ml de vin blanc

Procédure :

- Lancer le cookéo en mode doré.
- Pendant le préchauffage émincé les poivrons (vous pouvez les éplucher avant si vous le souhaitez)
- Faire doré les poivrons avec un peu d'huile dans le cookéo.
- Pendant ce temps hacher la viande avec l'oignon (pour les cookinautes ayant le companion j'ai coupé mon oignon en 4 et mon rôti en gros cube puis, avec l'ultrablade, j'ai lancé le turbo environ 15 secondes)
- Ajouter la viande hachée aux poivrons, mélanger pour qu'elle prenne un peu de couleur.
- Y ajouter les carottes et les courgettes coupées en morceaux puis la sauce tomate et le vin
- Assaisonner selon vos goûts
- Lancer la cuisson sous pression pour 10 minutes
- Plus qu'à servir avec des pâtes ou du riz
- Bon appétit ☺

Gnocchis Epinard Jambon

Procédure :

Par Brigitte Danel



Ingrédients :

Pour 3/4 personnes environ

- ✓ 2 barquettes de gnocchis
- ✓ des épinards surgelés à volonté
- ✓ 3 barquettes de dés de jambon
- ✓ 300ml d'eau
- ✓ un bouillon cube
- ✓ 3 cuillères de crème fraîche
- ✓ 3 vache qui rit

Cuire 5mn sous pression

Ensuite ajouter 3 cuillères de crème fraîche et 3 vache qui rit.

Bien mélanger.

Bon appétit 😊

Rouelle de porc aux pommes de terre

Par Emmanuelle Dauchel



Ingrédients :

Pour 5/6 personnes environ

- ✓ 1 rouelle de porc avec os de 1kg 600
- ✓ 2 tranches de poitrine de porc fumée (90 gr)
- ✓ 250 gr de champignons de Paris
- ✓ 2 carottes (130 gr)
- ✓ 1 oignon rouge
- ✓ 2 échalions (petit descriptif plus bas) ou 2 oignons blonds
- ✓ 1 kg de pommes de terre à chair ferme
- ✓ 2 tomates mûres (200 gr)
- ✓ 1 cube de bouillon pot au feu (dégraissé pour moi)
- ✓ 1 càs de fond de veau
- ✓ 100 ml de vin blanc sec
- ✓ 1 càs de maïzena
- ✓ 2 càs d'huile d'olive
- ✓ 250 ml d'eau
- ✓ thym, sel et poivre.

Procédure :

Deuxième recette de rouelle car même si la première était bonne, je trouvais qu'il manquait un petit quelque chose.... Celle-ci était vraiment très bonne, avec une viande bien parfumée et une sauce à s'en lécher les babines :-)

Cette recette est réalisée au Cookéo, vous pouvez la cuisiner en cocotte-minute de la même manière, avec un même temps de cuisson.

Verser l'huile d'olive sans la cuve du Cookéo, saler et poivrer la rouelle et la dorer sur les 2 faces, pendant environ 8 mn.

Pendant ce temps, couper les pieds des champignons, les laver et les couper en lamelles.

Eplucher et émincer grossièrement l'oignon et les échalions.

Eplucher les carottes et les couper en rondelles.

Enlever la couenne de la poitrine fumée et couper en morceaux.

Laver et couper les tomates en morceaux.

Ajouter dans la cuve du Cookéo les champignons, les échalions, l'oignon, les tomates, la poitrine fumée et les carottes en faisant en sorte qu'il y ait des ingrédients dessus et dessous la rouelle.

Verser l'eau, ajouter le cube de bouillon, saler et poivrer et programmer cuisson sous pression (cuisson rapide) pendant 30 mn.

Pendant ce temps, éplucher les pommes de terre et si nécessaire les couper de façon à ce qu'elles aient toutes plus ou moins la même taille

Au bout des 30 mn de cuisson, ouvrir le Cookéo, prélever un peu de jus et y mélanger le vin blanc sec, la maïzena et le fond de veau, puis verser le mélange dans la cuve. Déposer les pommes de terre autour de la rouelle et programmer à nouveau 30 mn sous pression.

Bon appétit ☺

Roti de Porc Cidre et Raisins

www.cookeojbh.fr



Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

Pour 4 personnes environ

- ✓ 1 rôti de porc (1,300g)
- ✓ 300 g de raisins
- ✓ 4 pommes
- ✓ 2 oignons
- ✓ 33cl de cidre
- ✓ beurre
- ✓ 1 càs de fond de veau

Procédure :

En mode Dorer faire revenir le rôti dans du beurre.

Ensuite ajouter les oignons émincés, et les faire également revenir.

Ensuite ajouter le cidre et le fond de veau.

Mettre en mode cuisson rapide pendant 30 minutes.

Ensuite ajouter les pommes en quartier et les raisins.

Mettre en Cuisson rapide pendant 10 minutes.

Bon appétit :)

Recette Blanquette de veau express

Ingrédients / pour 4 personnes

- 1 kg de viande de veau
- 120 g de beurre
- 1 gousse d'ail
- 2 oignons
- 2 cuillères à soupe de farine
- 30 cl de vin blanc sec
- 1 pincée de noix de muscade râpée
- 2 cuillères à café de fond de veau déshydraté
- 1 bouquet garni
- 4 carottes
- 100 g de champignons de Paris
- 10 cl de crème fraîche
- le jus d'un demi citron
- sel
- poivre

1 Salez et poivrez les morceaux de veau.

Dans le cookéo en mode dorer, faire fondre 50 g de beurre et faites revenir le veau 5 minutes en remuant. Ajoutez l'ail écrasé et les oignons émincés.

- **2** Dans un bol, mélangez la farine et le vin blanc. Versez dans le cookeo ajoutez la muscade et mélangez jusqu'à épaississement.
- **3** Faites dissoudre le **fond** de veau dans 20 cl d'eau. versez le **bouillon** dans la cocotte. Ajoutez le **bouquet garni**. Rectifiez l'assaisonnement. Mélangez. Cuisson rapide de 20 minutes
- **4** Pelez et émincez les carottes. Dans une sauteuse, faites revenir les carottes 10 minutes dans 50 g de beurre.
- **5** Coupez le pied terreux des champignons et lavez les. Faites les revenir dans 20 g de beurre 5 minutes.
- **Pour finir**
- Incorporez les carottes et les champignons dans le cookéo. Ajoutez la crème et le jus de citron. Poursuivre la cuisson 5 minutes. Servir aussitôt.

moules au munster et knackis

www.cookeojbh.fr

Procédure :

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

1 cuillère à soupe	
1.4 kg de Moules	de Farine
200 g de Munster	100 g de Oignons
4 Knackis	3 cuillères à soupe
4 cuillères à soupe	de Persil
de Crème fraîche	1 pincée de Sel
20 cl de Vin blanc	1 pincée de Poivre

Laver et gratter les moules.

Éplucher et couper les oignons en fines lamelles.

Dans le cookéo, ajouter les moules, les oignons, le persil et le vin blanc.

faire cuire en mode "cuisson sous pression" pendant 6 min.

Une fois la cuisson terminée, retirer les moules de la cuve et environ la moitié du jus.

réserver un peu de jus de cuisson dans un verre.

Passer le cookéo en mode "dorer".

ajouter au restant de jus de moules dans la cuve, le fromage coupé en dés, la crème fraîche et les knackis coupés en rondelle.

Délayez 1 cuillère à soupe de farine dans le verre de jus mis de côté et le rajouter à la sauce. mélanger.

*Laisser dorer environ 10 minutes le temps de faire fondre le fromage, cuire les saucisses et épaissir la sauce.
remuer régulièrement.*

Remettre les moules dans la cuve, bien mélanger pour que la sauce rentre dans les moules.

Agneau rissolé et endives rouges

Ingrédients

- 600 g de longe d'agneau dégraissée
- découpée en lamelles (de 3 cm par 1 cm)
- 800 g d'endives rouges coupées en rondelles
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive vierge
- 1 oeuf
- 50g de pignons de pin
- le jus de 3 citrons
- 1/2 verre d'eau
- 1/2 verre de vin blanc sec
- Sel
- Poivre

Préparation

1 Lavez les endives rouges et faites-les blanchir 10 minutes en mode dorer. Égouttez-les. Mettez l'agneau dans la cuve, versez l'huile et faites cuire 5 minutes. Salez, poivrez, ajoutez 1/2 verre d'eau et 1/2 verre de vin blanc. Lancer une cuisson rapide de 5 minutes. 2 Incorporez les endives rouges et laissez cuire 5 minutes. Ajoutez les pignons de pin grillés au moment de servir. Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire. 3 Sauce citron : Battez un oeuf et incorporez le jus des citrons en fouettant. Versez ensuite lentement du jus de cuisson et fouettant énergiquement.



poulet ananas coco

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

Aiguillettes de poulet

1/2 échalote émincé

Crème de coco

1 petite boîte d'ananas avec le jus

200ml de fond de volaille

90gr de riz basmati

Curry

Gingembre

Procédure :

Mettre le cookeo en mode "Dorer"

*Faire revenir les échalotes, le poulet
et les morceaux d'ananas*

Déglacer avec le jus des ananas

Ajouter le riz

Arrêter le mode dorer

*Ajouter la crème de coco, le curry
et le gingembre*

Mettre le fond de volaille

*Passer le cookeo en mode cuisson
rapide 10min*

Courgette Orloff



Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

4 courgettes ronde	pelé
10 tranches de fromage merzer ou tranche d'emmental ou toastinette	sel poivre herbe de provence
10 tranches de bacon	1 bouillon de volaille ou ku-bor
200gr de riz 1 oignon émincé	
1 c a soupe d'huile d'olive	
1 petite boîte de tomate	

Procédure :

mettre l'huile et les oignons émincés dans la cuve en mode dorer

laver les courgettes

couper en 2 le bacon et en 3 le fromage .

Faire des entailles dans la longueur des courgettes ajouter entre chaque tranche le bacon et le fromage ajouter le riz et les tomate pelé dans la cuve

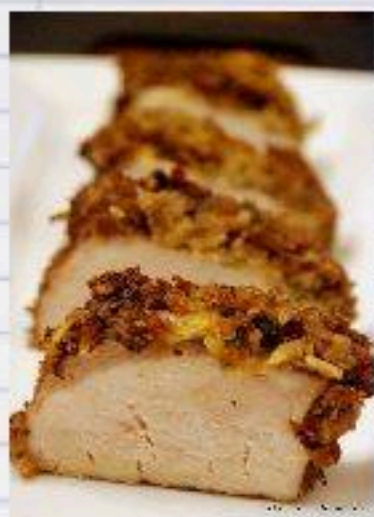
assaisonner avec le bouillon sel poivre herbe de provence ajouter un verre d'eau afin de recouvrir le riz

ajouter les courgettes orloff

cuire en mode sous pression (rapide) 10 min

Filet mignon aux épices

www.cookejbh.fr



Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

- ✓ 1 filet mignon de 350gr (2 personnes)
- 1 part d'épices "Barbecue"
- 1 part de fond de veau
- 1/2 part de paprika fumé
- 1 oignon émincé
- 1 noix de beurre + 1 càs d'huile
- Sel, poivre
- 200ml d'eau

Procédure :

Réaliser une chapelure d'épices avec 1 part d'épices "Barbecue", 1 part de fond de veau et 1/2 part de paprika fumé.

Bien rouler le filet mignon dans cette chapelure.

Dans le cookéo, verser 1 noix de beurre et 1 peu d'huile et y faire colorer un oignon émincé en mode DORER préchauffage.

Faire revenir le filet mignon épicé de tous côtés.

A la fin du mode DORER préchauffage, verser 200ml d'eau, le reste de la chapelure d'épices, sel, poivre et fermer le cookéo. Programmer 13mn en cuisson sous pression.

Laisser ensuite en maintien au chaud durant 5-10mn pour épaissir la sauce si nécessaire.

poulet aux mangues

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

- 1 poulet entier (1,2kg environ) coupé en morceaux
- 2 grosses mangues pelées et coupées en gros morceaux
- 1 gros oignon émincé
- 1 barquette de lardons allumettes
- 1 boîte de lait de coco
- Sel, poivre
- 200ml d'eau

Procédure

- Mettre le cookeo en mode "Dorer"
- Faire revenir les oignons et les lardons
- Ajouter le poulet
- Saler, poivrer
- Mettre le poulet avec l'oignon et le poivron dans le panier vapeur
- Ajouter l'eau
- Mettre le cookeo en mode ingrédient > viande > poulet en morceaux
- Faire cuire le temps indiqué
- Vider la cuve
- Mettre le contenu du panier dans la cuve
- Passer le cookeo en mode Dorer 5min
- Mettre les mangues
- Ajouter le lait de coco
- Laisser le mode dorer encore 5min

Compotes de fruits

Quantité **8 Personne(s)**

Préparation **15 min**

Cuisson **50 min**

Coût de la recette **4,77**

Niveau de difficulté **Facile**

Ingrédients
pour Compotes de fruits
des fruits

sucré

vanille ou cannelle

vin rouge

Préparation
pour Compotes de fruits

1

Les fruits sont pochés par moitiés ou par quartiers, suivant leur nature et leur grosseur, dans un sirop assez sucré et vanillé.

2

Certains fruits comme la poire, la cerise ou les pruneaux peuvent être cuits dans un sirop composé de vin rouge et de sucre, et parfumé à la cannelle au lieu de vanille.

3

Le sirop de cuisson doit être ensuite réduit et, dans certains cas, lié avec de la marmelade d'abricots ou un peu de fécule, mais, en principe, le jus réduit est le seul accompagnement des compotes.



RIZ À L'ESPAGNOLE

RECETTE DE CISS OU

COOKEO DANS LA FOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients (6 personnes)

150g de lardons
1 chorizo doux ou fort couper en rondelles
500g de filets de poulet
1 poivron rouge émincé
2 oignons émincés
200g de riz
300ml de bouillon de volaille
1 pincée de piment de Cayenne
2 sachets de « riz d'or » ou de safran
1 CC de paprika



Procédure:

Couper les filets de poulet, le poivron, les oignons en morceaux. Faire dorer quelques minutes en rajoutant les rondelles de chorizo et les lardons.

Mélanger puis incorporer le riz, les épices et verser le bouillon de volaille.

Mélanger bien et mettre en cuisson rapide 10 min

Poulet curry minute

WW 6 pp sans riz et 9 pp avec.

Karine Radman



Ingédients :

4 personnes :

500 gr de blanc de poulet
coupe en aiguillettes.

1 oignon a émincé

1 boîte de pulpe de tomates
coupe en petits morceaux
(240gr)

100 ml de lait de coco

2 cc de curry

Sel et poivre

120 gr de riz basmati

Faire dorer le poulet avec
l'oignon coupe, saler et poivrer.
Une fois doré , ajouter la pulpe de
tomate, le lait de coco et le curry .

Comme je l'ai fait avec le riz, le
cookeo ma mis erreur 26 pas
assez d'eau, donc j'ai mis a peu
près 800 ml d'eau .
Et 10 min en mode cuisson
rapide.

Sans le riz je pense qu'il faut pas
mettre autant d'eau .

Recette Porc au caramel

Ingrédients / pour 6 personnes

- 1,5 kg d'échine de porc
- 5 cuillères à soupe de sauce soja
- 1 cuillères à soupe de quatre épices
- 1 cuillère à soupe de gingembre
- 1/2 litre d'eau chaude
- 2 cubes de bouillon de poule
- 25 morceaux de sucre
- 600 g de riz thaï
- 1/2 ananas en morceaux

Réalisation

PREPARATION Porc au caramel à ma façon

1

Préparez tous les ingrédients.

2

Découpez l'échine en bouchées. Faites-les revenir 5 minutes dans LE COOKEO en mode dorer à un peu d'huile. Dès qu'elles sont colorées, retirez-les. Elles doivent rester saignantes.

3

Préparez ensuite le bouillon dans un récipient à part, délayez les cubes de bouillon de poule dans 1/2 litre d'eau chaude en les écrasant. Puis rajoutez le quatre épices, le gingembre et la sauce soja. Mélangez le tout et gardez le bouillon pour plus tard.

4

Lavez la cuve qui a servi à faire revenir la viande, afin d'y préparer votre caramel avec les 25 morceaux de sucre et 5 cl d'eau. Dès que le caramel est bien roux, jetez-y d'un seul coup le bouillon (attention aux éclaboussures). Le caramel va se durcir rapidement, vous devez continuer à tourner avec une cuillère en bois pour le diluer petit à petit dans le bouillon.

5

Dès que le caramel s'est bien dissous au bouillon, plongez-y votre viande. Le bouillon doit recouvrir environ la viande. Faites ensuite mijoter à en remuant votre viande pour ne pas qu'elle accroche. Le plat est terminé au moment où l'eau s'est évaporée.

Pour finir

Pour l'accompagnement faites un riz à la créole dans une casserole d'eau. Essorez-le et mélangez-y à la dernière minute les morceaux d'ananas.

Sauté de Porc au Curry

www.cookeojbh.fr

Par Valérie Mallet Guillot



Ingrédients :

Pour 4/5 personnes environ

- ✓ 1 kg de sauté de porc
- ✓ 2 oignons
- ✓ 1 petite boîte de concentré de tomates
- ✓ 1 ½ Verre d'eau
- ✓ 1 petite brique de crème semi-épaisse
- ✓ 1 CAS de curry
- ✓ piment de Cayenne
- ✓ Thym
- ✓ huile d'olive
- ✓ Sel
- ✓ poivre

Procédure :

<http://lesfillesalavanille.eklablog.com/>

Verser de l'huile d'olive dans la cuve et faire revenir le sauté de porc quelques minutes puis ajouter les oignons en mode doré.

Ajouter ensuite les autres ingrédients et lancer le mode cuisson sous pression pour 8 minutes.

Servir avec du riz.

Bon appétit ☺

Filet mignon Pomme et céréales

www.cookeojbh.fr



Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients : Pour 2 personnes environ

- ✓ 1 filet mignon porc
- lardons
- pomme bicolore
- céréales gourmandes
- 1 cs à soupe moutarde
- 2 cs miel
- 3 cs fond de veau
- 25cl vin blanc
- un peu d'eau
- sel, poivre

Procédure :

en mode "dorer", mettre du beurre et faire
dorer les pommes coupés en 4 pendant 10
mn, réserver

faire dorer le filet mignon et lardons,
ensuite mélanger le miel et la moutarde et
mettre sur le filet et lardons

ajouter dessus le fond de veau mélanger
dans le vin blanc avec un peu d'eau (selon
gout), sel poivre

cuisson rapide 8 mn, à la fin de cuisson re-
mettre en mode dorer et ajouter un peu de
maizena pour épaissir la sauce et les
pommes pour finir de cuire

Faire cuire à part les céréales gourmandes

www.cookeojbh.fr

Gratin pommes de terre-épinards à la tome fraîche

Emmanuelle Dauchel

Cette recette a été réalisée avec le Cookeo de Moulinex.



Ingrédients : Pour 3 personnes environ

- ✓ 650 gr de pommes de terre
- ✓ 500 gr de tome fraîche de l'Aubrac
- ✓ 300 gr d'épinards surgelés
- ✓ 4 tranches de pancetta
- ✓ 1 tranche de jambon cru
- ✓ 2 tranches de rosette
- ✓ 80 gr de râpé de jambon
- ✓ sel
- ✓ poivre.

Procédure :

Laver les pommes de terre, les déposer dans le panier du Cookeo, verser 200 ml d'eau et cuire 15 mn sous pression (cuisson rapide).

Pendant ce temps, couper la tome en tranches, décongeler les épinards, hacher ensemble la pancetta, le jambon cru et la rosette.

Préchauffer le four à 200°.

Eplucher les pommes de terre, les couper en rondelles.

Verser dans l'ordre dans 3 plats individuels ou dans 1 plat familial :

- les épinards
- les pommes de terre
- sel (peu) et poivre
- le hachis de charcuterie
- le jambon haché
- les tranches de fromage
- le poivre

Enfourner pour 10 mn, puis passer sous le grill environ 5 mn.

Rôti de porc fermier

www.cookeojbh.fr



Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

- ✓ 1 rôti de porc de +/- 600gr
- 1 oignon
- 1 boîte de champignons de paris 200 gr de lardons
- 5-6 pdt moyennes
- 1 gousse d'ail
- 2 carottes en rondelles
- 1 verre de vin blanc
- 1 verre d'eau
- sel; poivre;
- ✓ 2 cuillères à café de fond de veau.

Procédure :

En mode dorer, faire revenir les oignons jusqu'à ce qu'ils soient translucides

Ajouter ensuite les lardons et la viande préalablement piquée d'ail (coupé en petites lamelles). Faire dorer 5 minutes.

Déglacer avec 1 verre de vin et 1 verre d'eau. Saler, poivrer et laisser cuire 30 minutes en remuant entre deux.

Éplucher les légumes, et les disposer autour de la viande. Faire cuire encore 1 h en mode cuisson.

A la fin, enlever la viande, la couper et ajouter le fond de veau à la sauce et remettre la viande afin de la faire un peu imprégner de la sauce.

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

RECETTE COOKEO Osso bucco de dinde



Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 1 kg d'osso bucco de dinde (hauts de cuisses tronçonnés)
- farine
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olives

- 3 oignons émincés
- 12 cl de vin blanc
- 12 cl de bouillon de volaille
- 1 boîte de concentré de tomates
- 500 g de tomates coupées en morceaux
- 1 gousse d'ail écrasée
- 1 verre à liqueur de rhum ou whisky
- sel, poivre
- herbes de Provence

Préparation de la recette :

Fariner les morceaux de dinde. les mettre à dorer environ dix minutes dans l'huile, puis ajouter les oignons.

Une fois dorés, verser le vin blanc et le bouillon, tourner avec une spatule en bois, puis ajouter un à un tout les autres ingrédients, bien délayer, couvrir et faire une cuisson rapide de 30 minutes, goûter avant de servir pour réajuster le temps de cuisson ou cas ou.

Servir avec du riz ou des pâtes.

Rejoignez nous sur notre groupe facebook et sur ma page facebook <https://www.facebook.com/lepetitcuisto>

Roti de porc façon potée Vosgienne



Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

- ✓ - 1 rôti d environ 800 g
- 7/8 belles pomme de terre
- 200 g de lardons fumés
- petits pois
- carottes
- oignon
- ail
- sel
- poivre
- 250 ml de fond de veau

Procédure :

*En mode dorer le rôti sur toutes les faces
puis faire revenir les oignons (la quantité que
vous voulez) et les lardons, faire dorer le tout
quelques minutes*

*mettre les pdt, puis les petits légumes (moi j
achète les légumes congelés) faire dorer
quelques instants*

*remettre le rôti, et rajouter le fond de veau
dilue dans de l eau.*

fermer le cookeo, et mettre en cuisson rapide

j ai mis sur 30/ 35 min.

roûti de porc au lait

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

- 800 g rôti de porc (filet)
- 5 pommes de terre coupées en 2
- 5 carottes en grosses rondelles
- 1 poignée de raisins blonds
- 2 oignons rouges émincés
- 1 cube Ail/Persil délayé dans 20 cl de lait chaud
- 20 cl de crème liquide
- 2 cuillères à soupe de miel liquide
- 1 cuillère à café de curry
- 1 bouquet garni

Procédure :

En mode « dorer »

Verser l'huile dans la cuve

Faire dorer le rôti de porc sur toutes ses faces

Retirer le rôti

Faire revenir les oignons

Arrêter le mode « Dorer »

Verser dans la cuve les 20 cl de lait ail/persil, la crème liquide, le miel, les raisins, le curry, le bouquet garni, le poivre et bien mélanger le tout

Mettre les carottes et les pommes de terre et mélanger

Déposer le rôti par-dessus

En mode « sous pression » ou « cuisson rapide »

Démarrer la cuisson - 35 minutes -

rôti aux 3 saveurs

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

- ✓ 1 rôti de porc
- 30cl d'eau
- 1 cuillère à soupe de moutarde
- 1 cuillère à soupe de miel
- 1 cuillère à soupe de vinaigre balsamique
- 1 marmite de bouillon de légumes
- Un peu de matière grasse

Procédure :

Faire revenir le rôti dans la cuve en position dorer avec la matière grasse. Pendant ce temps mélanger la moutarde, le miel et le vinaigre. Mettre le rôti de goûter et le recouvrir du mélange moutarde miel vinaigre. Déglacer la cuve avec l'eau puis rajouter la marmite de bouillon et la faire fondre. Rajouter le rôti pour vider le reste de mélange par dessus. Fermer la cuve et sélectionner ingrédients, viande, porc, entier, et sélectionner le poids puis lancer la cuisson. (pour moi 40 min). À la fin de la cuisson réserver le rôti avec la sauce et couvert

risotto aux cœurs de canard

www.cookeojbh.fr

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

800 G de cœur de canard cou-
pés en deux

1/2 oignon émincé

la moitié d'une boîte 4/4 de
mélange forestiers

Procédure :

*en mode dorer j'ai fais reve-
nir mes cœurs , j'ai ajouté
l'oignon et les champignons le
chorizo le riz le vin blanc
l'eau
le fond de veau sel et poivre
et j'ai bien mélangé.
en mode cuisson rapide 15 mn*

Poulet à la créole à la banane et aux noix de cajou

Ingrédients pour 6 personnes

- 3 grosses cuisses de poulet divisées en 2
- 3 bananes
- 40 cl de lait de coco
- 1 cs de coco râpée
- 2 tomates
- 3 cs de curry
- 1 citron vert
- 100 g de noix de cajou
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail hachées
- 1/2 cc de gingembre en poudre
- 3 cs d'huile d'arachide
- 1/2 cc de graines de coriandre en graines écrasées
- Sel et poivre

Etapes de préparation

1 Plonger les tomates 15 sec dans une casserole d'eau bouillante. Les peler, les épépiner et les couper en

petits dés. Éplucher les oignons et les émincer. Dans le cookéo en mode dorer, faire revenir les oignons, l'ail et la 1/2 cc de gingembre 3 min avec 1 cs d'huile (j'ai laissé plus, jusqu'à ce que les oignons soient dorés et fondus). Ajouter les dés de tomates et 1 cs de curry. Bien mélanger et faire revenir encore 2 min. Réserver.

2 Dans une assiette, saler et poivrer le [poulet](#) (et l'enduire du curry restant). Le faire dorer 6 min dans la cuve avec l'huile restante. Saupoudrer avec le curry resté dans l'assiette et bien mélanger pour enrober la volaille d'épices.

Remettre le mélange oignons-tomates dans la cocotte, verser le lait de coco, mélanger, couvrir et cuisson rapide pour 15 min.

3 Pendant ce temps, faire dorer les [noix](#) de cajou à sec dans une poêle bien chaude. Éplucher les bananes, les émincer en grosses rondelles et les arroser avec du jus de [citron](#). Ajouter les noix de cajou et les bananes dans la cocotte 10 min avant la fin de cuisson.

Servir le curry créole bien chaud avec un riz basmati, parsemé de coco râpée et de coriandre.

Rejoignez nous sur notre groupe facebook et sur ma page facebook <https://www.facebook.com/lepetitcuisto>

Filet mignon au lait de coco



Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

Pour 4 personnes environ

- ✓ 2 filets mignon,
- 2 gros oignons,
- 2 gousses d'ail,
- 1 petite boîte de tomates pelées,
- 1 petite boîte de lait de coco,
- un demi jus de citron vert,
- ciboulette,
- curry,
- gingembre,
- piment doux,
- cumin

Procédure :

En mode manuel : Faites revenir les oignons dans l'huile d'olive.

Découper en petits morceaux les filets mignons et les faire dorer avec les oignons. Saler.

Ajouter l'ail en petits morceaux et les tomates pelées.

Ajouter le curry, le cumin, le gingembre et le piment doux (pour les doses : prendre le bout du manche d'une cuillère à café).

Ajouter le lait de coco et le jus d'un demi citron vert.

Laisser mijoter en fonction du poids de la viande (mode Manuel puis viande, porc, morceau, poids de la viande).

Ajouter la ciboulette et mélanger bien.

rognons de porc à la paysanne

www.cookeojbh.fr

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

400g de rognons de porc en tranches

50g de beurre

2 petits oignons émincés

250ml de vin blanc sec

200ml de bouillon de bœuf

2 petites gousses d'ail écrasées

1 petite feuille de laurier

1 c.a.s. de farine

1 c.a.s. de persil ciselé

Procédure :

*Faire bouillir de l'eau dans une bouilloire avec un
peu de vinaigre blanc*

*Mettre les rognons dans un saladier et les re-
couvrir avec l'eau*

Laisser 25min

Mettre le cookeo en mode "Dorer"

*Faire revenir les oignons dans 25g de beurre
avec les rognons*

Ajouter le vin blanc, le bouillon, l'ail et le laurier

Laisser 5min

Mélanger les 25gr de beurre avec la farine

Bien pétrir

Mettre le mélange dans la cuve

Passer en cuisson rapide 2min

A la fin de la cuisine parsemer avec le persil

potée à la saucisse

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

1kg de pommes de
terre

1 poivron

1 pot de sauce tomate
salsa

Quelques olives vertes 300ml de bouillon cube

4 saucisses de Tou-
louse

Sel, poivre

Paprika

2 oignons

Ail

Crème fraîche

Procédure :

Mettre le cookeo en mode "Dorer"

Faire revenir l'oignon et l'ail

*Ajouter les patates coupées en
rondelles et le poivron en lamelle*

Laissez dorer quelques minutes

*Ajouter la sauce tomate, le bouillon
et les épices*

*Passer le cookeo en cuisson sous
pression 6min*

Remettre en mode "Dorer" 2min

*Ajouter la saucisse coupée en mor-
ceaux et la crème fraîche*

filet mignon a la normande

www.cookeojbh.fr



Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

- ✓ 1 filet mignon couper en tranches épaisse
- 100 gr de champignons de paris
- 10cl de crème fraîche
- 15 cl de cidre
- sel/poivre
- 50 gr de lardons
- 1 oignon émincé
- 5 cl de calvados
- huile

Procédure :

*faite dorer les tranches de fi-
let mignon avec les oignons et
les lardons après flamber avec
le calvados ajouter les cham-
pignons ajouter le cidre saler
poivrer cuisson 4 mn
réserver la viande garder
juste le jus ajouter la crème
fraîche ajouter un peu de sau-
celine pour épaissir*

poulet biryani

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

400gr de filet de Poulet	2 c.a.c. de cumin
coupé en morceaux	2 c.a.c. de gingembre en
2 oignons émincés	poudre
2 yaourts naturels	2 c.a.c. de curcuma
2 tomates et 2 c.a.c. de	50gr d'amandes en-
concentré	tières
150gr d'épinard frais	1 litre de bouillon de
350gr de riz basmati	poule
2 c.a.c. de paprika	
3 c.a.c. de coriandre	

Procédure :

Mettre le cookeo en mode "Dorer"

*Faire revenir les oignons et le poulet
dans de l'huile d'olive pendant 5min*

*Rajouter tous les ingrédients sauf les
amandes*

*Passer le cookeo en mode cuisson sous
pression 15min*

*A la fin de la cuisson, ajouter les
amandes*

Andouillette en papillote.

www.cookeojbh.fr

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

✓ Pour deux personnes

2 andouillettes

2 cuillères à soupe de moutarde

2 cuillères à soupe de crème fraîche

Mélange d'herbes

2 cuillères à soupe de vin blanc

Procédure :

Préparer deux morceaux de papier alu en papillote. Mettre dans chaque une andouillette, une cuillère de moutarde, de crème fraîche et de vin blanc. Saupoudrer d'herbes et fermer. En faire de même avec la deuxième puis les placer dans le panier vapeur et mettre 20cl d'eau dans la cuve. Puis cuisson 12min en mode rapide.

Roti de porc aux pêches

www.cookeojbh.fr



Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

- ✓ Un roti de porc de +-800g
- 2(très) grosse boîtes de pêches au jus.
- 20 cl crème fraîche
- Sel poivre
- Maïzena

Procédure :

Faire dorer le rôti dans la margarine.

Saler, poivrer.

Arroser le rôti du jus de pêche .

Couper 5-6 pêches en morceaux et les ajouter au rôti.

Garder les restantes pour manger

froide avec une confiture d'airelles ou de groseille en accompagnement du rôti.

Lancer la cuisson 35 min.

Ajouter la crème et le maïzena .

potée portugaise

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

4 saucisses

1 chou rouge

1 barquette de lardons fumés

1 poignée de raisins secs

1 petite boîte de concentré de tomates

3 carottes en rondelles

1 peu de beurre

150ml de vin de Porto

Procédure :

Mettre le cookeo en mode "Dorer"

*Faire revenir les saucisses sans les pi-
quer*

Les retirer et réserver

*Mettre du beurre dans le cookeo et
faire revenir les carottes et le chou
pendant 8min*

*Ajouter les raisins, le concentré de to-
mates, les lardons et le Porto*

*Passer le cookeo en mode cuisson sous
pression 35min*

Après la cuisson, ajouter les saucisses

Remettre en cuisson rapide 10min

Filet Mignon au Quinoa



Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

- ✓ - Un filet mignon de porc (500g)
- 1/2 poivron rouge
- 10 olives vertes
- 1/2 cuillère de colombo
- 1 verre à moutarde de quinoa
- 1 verres 1/2 d'eau
- 1 cc d'huile d'olive
- Sel, poivre

Procédure :

Mettre en fonction dorer

*Couper la viande, le poivron et les
olives en petits morceaux.*

*Faire dorer le tout avec la cc d'huile
d'olive*

Verser le quinoa.

Verser l'eau

*Assaisonner avec sel poivre et colom-
bo*

*Fermer et cuire sous pression pendant
12 minutes.*

*Déguster avec quelques gouttes de jus
de citron vert. .*

Ananas rôti aux épices



Ingrédients

- 1 ananas
- 60 g de sucre
- 2 gousses de vanille
- 1 c. à s. de coriandre en grain
- 1 c. à s. de poivre mignonnette
- 2 pincées de cannelle en poudre
- 35 cl de jus d'ananas
- 10cl + 35 cl d'eau

Préparation Retirer la peau, les yeux et le coeur de l'ananas. Le couper en cubes. Dans le cookeo en mode dorer, mettre le sucre et 10 cl d'eau et réaliser un caramel . Ajouter l'ananas et laisser rôtir quelques minutes. Fendre les gousses de vanilles en 2 et gratter les graines. Ajouter les épices et mélanger. Verser le jus d'ananas et 35 cl d'eau. Fermer la cookéo cuisson rapide pour 5 minutes. Retirer les cubes d'ananas et laisser le jus réduire de moitié en mode dorer. Pour plus de gourmandise, ajouter du chocolat fondu

Rejoignez nous sur notre groupe facebook et sur ma page facebook <https://www.facebook.com/lepetitcuisto>

Pomme de terre, endive, bacon et Cancoillotte

Par Mafamille Mavie



Ingrédients :

Pour 3/4 personnes environ

- ✓ 4 endives
- ✓ 400 g de pommes de terre
- ✓ 150 g de bacon ou de râpé de jambon
- ✓ 125 ml de vin blanc
- ✓ 60 g de Cancoillotte
- ✓ Sel
- ✓ Poivre

Procédure :

Emincer les endives, éplucher les pommes de terre et les couper en cubes.

Mettre dans la cuve de votre Cookeo en mode "dorer" pendant 2 min.

Passer en cuisson rapide et faire cuire pendant 10 min.

À la fin de la cuisson mettre à nouveau en mode dorer et ajouter la cancoillotte et laisser fondre quelques instants.

Bon appétit 😊



Bœuf sauté aux oignons



Ingédients :

Pour 4 personnes :

- 400 g de rumsteck
- 4 gros oignons
- 4 cas de bouillon de poulet
- 1 cas de maïzena
- 1 cas de vin de riz (ou de xérès sec)
- 3 cas de sauce de soja
- 1 cac de sucre roux
- 1/2 cac d'huile de sésame

Éplucher et couper les oignons en lamelles. Réserver.

Couper le bœuf contre le grain (perpendiculairement aux fibres) en tranches aussi fines que possible (l'opération sera plus facile si la viande est légèrement congelée).

Dans un récipient, faire mariner le bœuf avec le sucre, la sauce de soja, et le vin pendant 30 minutes.

Dans un bol, délayer la maïzena avec le bouillon de poulet.

Mélanger et réserver.

Chauffer le cookeo en mode doré pendant 30 secondes.

Y verser 1 cas d'huile d'arachide.

Après 30 secondes, ajouter le bœuf.

Toujours en dorer, remuer continuellement le bœuf pendant 2 minutes.

Déposer le bœuf sur une assiette.

Ajouter 1 cas d'huile d'arachide dans le cookeo et laisser chauffer 30 secondes. Ajouter les oignons.

Toujours en dorer, remuer continuellement pendant 3 minutes.

Incorporer le bœuf, puis le mélange de maïzena précédemment préparé.

Laisser cuire encore 2 minutes en remuant doucement et sans arrêt.

Ajouter l'huile de sésame. Mélanger rapidement puis retirer immédiatement du feu.

Ce plat est facile à faire et délicieux avec du riz blanc nature

www.cookeojbh.fr poulet entier à la tomate et haricot blanc



Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

un poulet d'un kilo environ	1 c à café d'huile d'olive
une boîte de tomate pelée concassée	sel poivre herbe de pro- vence
un oignon	
une grosse boîte de haricot blanc	
un bouillon de volaille	
2 c à soupe de fond de volaille	

Procédure :

*mettre à dorer l'oignon puis le poulet
de chaque côté avec un fond d'huile
d'olive*

*puis ajouter le reste des ingrédients
sauf les haricots blancs*

*cuire en mode sous pression (rapide)
pendant 25 min*

*à la fin de cuisson ajouter les haricots
blancs rincés et égouttés et mélanger
cuire de nouveau 5 minutes en mode
sous pression (rapide)*

Bœuf Exotique et Purée

www.cookeojbh.fr

Par Valérie Dajas



Ingrédients :

Pour 4/5 personnes environ

- ✓ 1 kilo de viande coupée en petits morceaux
- ✓ 2 cs de pâte à Massalé
- ✓ 2 cs de Nuoc Mam
- ✓ 3cs de sauce soja sucré
- ✓ 3 cs de sauce peanut
- ✓ 150 ml d'eau

Procédure :

Pour 1 kilo de viande coupée en petits morceaux j'ai fait une marinade avec 2 cs de pâte à Massalé (plus aurait été bien aussi mais j'ai fini le pot) , 2 cs de Nuoc Mam, 3cs de sauce soja sucré, 3 cs de sauce peanut et j'ai laissé reposé 30 minutes.

Pour la cuisson :

- mettre en mode doré puis faire revenir 10 minutes la viande, une fois que le préchauffage est fini
- ajouter 150 ml d'eau puis lancer la cuisson rapide 20 minutes.

J'avais prévu 35 minutes mais le cookeo c'est mis à faire un bruit de vibrations étrange et très fort alors j'ai stoppé au bout de 20 minutes car j'ai eu peur, et la cuisson était parfaite.

Pour la présentation j'ai ensuite fait une couche de purée (maison au companion) une couche de viande et une couche de purée.

Bon appétit ☺

Bœuf bourguignon.

Ingrédients

- 3 kg de gîte ou de paleron coupé en cubes de 3 cm
- 300 g de poitrine découpée en lardons
- 2 gros oignons coupés en 4
- 300 g de champignons de Paris
- 3 carottes épluchées et coupées en rondelles
- 1 tomate concassée
- 2 gousses d'ail épluchées
- 1 bouquet garni (thym, laurier, persil)
- 50 cl de vin rouge corsé
- 20 cl de fond de veau
- Sel et poivre du moulin.

Pour la liaison :

- 40 g de farine

- 40 g de beurre
- 15 cl d'eau.

• **Préparation** Mettez tous les ingrédients dans le cookéo. Versez le vin et le fond de veau, de façon à couvrir aux 3/4 des ingrédients. Assaisonnez et laissez cuire 1h en mode cuisson rapide. Si vous doutez, mettez 30 minutes, goûtez puis rajoutez 30 minutes jusqu'à ce que vous appréciiez le goût. Avant de servir, mélangez dans un bol la farine avec l'eau et le beurre. Versez dans la mijoteuse. Remuez et laissez épaissir 10 min. Servez avec des tagliatelles fraîches.



Saucisses Fumées



Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

Pour 4 personnes environ

- ✓ 4 saucisses fumées coupées en rondelle
- ✓ 4 carottes coupées en rondelle
- ✓ 1 kg choux fleurs surgelé
- ✓ 500 gr de brocolis surgelé
- ✓ 2 poignées d'oignons surgelés
- ✓ 200gr allumettes lardons fumés
- ✓ 2cc de fond veau dilué dans 200ml d'eau
- ✓ 1 cas de maïzena
- ✓ chapelure et rapé

Procédure :

Mettre les oignons, les carottes en mode dorer.

Ajouter ensuite les lardons et les saucisses fumées.

Quand c'est bien revenu, rajouter le chou fleur, le brocoli et le fond de veau et mettre en mode cuisson rapide 5mn.

A la fin du temps rajouter la maïzena et mettre en cuisson rapide 1mn pour épaissir.

Mettre dans un plat, rajouter le râpé et la chapelure et faire gratiner au four.

Bon appétit :)

Roti de Porc , aux pruneaux , vin blanc , et armagnac



Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

- ✓ 1 roti de porc de 900 gr
- ✓ 1 beaux oignon émincé
- ✓ 2 gousses d'ail
- 12 pruneaux
- 1 Bouquet garni (thym , laurier sauge)
- 200ml de vin blanc , i demi verre d'armagnac
- sel + poivre
- 2 c a s de sauceline a mettre en fin de cuisson

Procédure :

*faire dorer le rôti , ensuite
les oignons , ajouter le bouquet
garni sel poivre les pruneaux
sel poivre
les liquides
en cuisson PAR INGRDIENTS
ROTI DE PORC 38 MN a peu
près
en fin de cuisson ajouter la
sauceleine*

Courgettes farcies



Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

- ✓ 6 courgettes rondes
- ✓ - 450 g de bœuf haché
- ✓ - 1 oignon (émincé)
- ✓ - 3 tomates (détronées et coupées en quartiers)
- ✓ - 1 grosse boîte de tomates pelées
- ✓ - poivre

Procédure :

Vider les courgettes, mettre la chair dans un saladier.

- Mélanger cette chair avec la viande et l'oignon.

- Farcir les courgettes à la préparation.

- Mettre les courgettes farcies dans le Cookeo.

- Ajouter les tomates et la boîte de tomates, +1 verre d'eau et du poivre.

- Mettre en cuisson rapide pendant 12 minutes.

Riz aux oignons et lardons Caramélisés

Par Valérie Dajas



Ingédients :

Pour 2/3 personnes environ

- ✓ 1 kg de sauté de porc
- ✓ 1 oignons
- ✓ 1cs d'huile d'olive
- ✓ 1cs de sauce soja
- ✓ un peu de ventrèche ou des lardons
- ✓ 4 ou 5 tomates
- ✓ 250 ml de riz
- ✓ 350 ml d'eau
- ✓ Gros sel

Procédure :

Faire revenir 1 oignon coupé finement en mode dorée. J'ai mis 1cs d'huile d'olive et j'ai commencé à mettre mon oignon quand le préchauffage est arrivé à moitié.

Le faire bien revenir puis ajouter 1cs de sauce soja sucrée (environ, j'ai fait au pif), bien remuer.

Continuer en mode doré en ajoutant un peu de ventrèche coupée en morceaux (j'ai du en mettre 5 ou 6 tranches fines) ou des lardons.

Y ajouter 4 ou 5 tomates coupées aussi en morceau. Laisser mijoter puis mettre 250 ml de riz (pour 2 à 3 personnes) et 350 ml d'eau ainsi qu'un peu de gros sel.

Pour finir lancer en cuisson rapide 10 minutes. Et voilà, Ça fait un plat sucré salé délicieux

Bon appétit 😊



Carri de Langouste façon réunionnais

proposée par Julie-Ulrich Poinin-Gobalou



Ingrédients

Pour 2 pers.

300g de queue de langouste (5 à 6 queues de langoustes)

2 oignons

5 gousses d'ail

un petit morceau de gingembre

2 petites tomates

une branche de thym

une à deux pincée de curcuma

sel, poivre

de l'eau

Faire revenir les oignons coupés en lamelle, lorsque celles-ci sont légèrement dorées ajouter l'ail et le gingembre préalablement mixer ensemble laisser un peu cuire;

puis ajouter les tomates coupées en lamelle, avec le thym et la pincée de curcuma,

ajouter le sel et le poivre selon votre goût, mélanger, puis laisser cuire environ 5min pour que les tomates soient bien cuites;

casser un peu les coquilles de la queue langouste afin que la sauce puisse y entrer;

les mettre dans la cookeo mélanger le tout,

recouvrir les queue de langouste d'eau,

ajouter un peu de sel,

faire cuire sur cuisson rapide pendant 15min. c'est prêt!!

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

CREPINETTES POMMES DE TERRE FONDUE DE POIREAUX SAUCE MOUTARDE

SEVERINE CLD

Ingrédients

4 à 5 grosses pommes de terre
la moitié d'un paquet de poireaux surgelées
1cas de moutarde
1 petite bouteille de crème fluide
des crepinettes
sel poivre



Procédure:

faire revenir pommes de terre et poireaux
dans la margarine pendant 8mns environ
salé, poivrez ajoutez la crème les crepinettes
et passez en mode cuisson rapide 12mns

Poulet massalé

Emilie Quesnel



Ingédients :

pour 4 personnes:

2 oignons,
100g de lardons,
1 poivrons vert,
1 poivron rouge,
1 poivron jaune,
4 filets de poulet,
1 CAS d'épices massalé,
400ml de lait de coco.

Émincé l'oignon, couper les poivrons en lamelles, couper le poulet en cubes.

En mode dorer faire revenir les oignons et les lardons, puis ajouter le poulet faire dorer et ajouter les poivrons.

Ensuite ajouter le massalé et 200ml de lait de coco(et saler) bien remuer.

Passer en mode cuisson rapide et cuire 10 minutes.

Au bout des 10 minutes rajouter 200ml de lait de coco pour lier le tout. Remuer et c'est prêt à déguster



Lentilles saucisses

proposée par Séverine Lobel



Ingrédients

500g de lentilles vertes
rondelles de carotte
6 saucisses fumées coupé en deux
bouquet garni
un kub or
un peu d'huile d'olive
oignon

j'ai commencer par mettre le mode dorer, avec de l'huile d'olive j'ai doré quelques minutes mes saucisses ensuite j'ai mit l'oignon coupé. puis j'ai tout enlever (réservé)

Passage en mode cuisson rapide 10 mn

mit les lentilles, saucisses, carottes et l'assaisonnement puis ajouter de l'eau (un peu en dessous du niveau max) bon appetit!



Paella express au poulet

proposée par le blog la France aux fourneaux



Ingrédients

Ingrédients pour 4 personnes

300 g de blanc de poulet
2 tasses de riz* (2x12 cl)
4 tasses de bouillon de volaille**
1 oignon
1 gousse d'ail
1 poivron rouge
1 carotte
1 petite aubergine
1 courgette moyenne
20 cl d'huile d'olive vierge extra
1 cc de pimenton (ou de paprika)
1/2 cc de safran
sel fin marin sans anti-agglomérant

Verser 2 cs d'huile d'olive au fond du Cookeo et programmer la fonction "dorer".

Pendant que l'huile chauffe (le Cookeo est lent au démarrage) hacher fin l'oignon sauf son cœur : le couper en 4 et le réserver puis écraser l'ail pelé et dégermé.

Verser dans la cuve du Cookeo et commencer à faire pocher en remuant régulièrement.

Pendant ce temps, couper en dés les blancs de poulet, détailler en brunoise fine les légumes, avec ou sans la peau (tous les goûts sont dans la nature mais le vert de la peau de courgette apportera de la couleur #jdcjdr)

Réserver un peu de brunoise de carotte et de courgette pour la présentation.

Ajouter le tout à la cuve du Cookeo, saler généreusement, rajouter le pimenton (ou le paprika) et le safran, puis bien intégrer les éléments.

Faire revenir l'ensemble toujours sur le programme "dorer" en remuant soigneusement jusqu'à ce que le poulet commence à colorer. Mouiller avec le bouillon, remuer puis fermer le Cookeo.

Passer au programme "Poulet au riz" et attendre que l'autocuiseur vous signale que c'est prêt.

Blanquette de poissons

Shirley Mikolajczak



Ingrédients :

Pour 4 personnes

Deux portions de cabillaud ou merlu
selon votre goût (surgelés)

500 à 600g de saumon sans peau ni arrête.

400g de champignons de Paris entiers

50cl de crème liquide (2 petites briques)

6 grosses carottes

60g de beurre

Un bouillon cube poisson

Un cac de paprika

Sel, poivre.

Mettre le cookeo en mode "dorer" pour 10 minutes

Faire fondre le beurre avec le cube et le paprika

Une fois le tout réduit et bien mélange, faire dorer
les poissons coupés en gros cubes

Une fois les poissons dorés, ajoutés 25cl de crème
liquide.

Éplucher les carottes et les champignons. Couper les
carottes en rondelles. (On peut aussi opter pour le
surgelé si on est pressé)

Après 10 minutes, insérer champignons et carottes
(on peut aussi penser à deux petites courgettes c'est
délicieux)

Ajouter le reste de la crème ainsi que sel et poivre

Passer en mode cuisson rapide pour 15 minutes

(réduire de 5 minutes si vous avez opté pour des
légumes surgelés)

Plat avec du riz ou des céréales

Présenté en petites cocottes individuelles, peut servir
d'entrée.

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

Boeuf exotique et purée

Ingrédients :

1 kilo de viande coupée en petits morceaux

2 c à s de pâte à massalé

2 c à s de nuoc mam

3 c à s de sauce soja sucré

3 c à s de sauce peanut

150 ml d'eau

Préparation :

Faire mariner les morceaux de boeuf avec la pâte de massalé, le nuoc mam, la sauce soja et la sauce peanut pendant 30 min.

En mode "dorer" faire revenir la viande pendant le préchauffage.

Une fois le préchauffage fini ajouter les 150 ml d'eau puis lancer en cuisson rapide 20 min.

Monter ensuite en couches purée/viande.

Ratatouille de Nice dite provençale

Cécile Cissou Tobelem

1 kg de tomates mûres
3 oignons verts et/ou rouges
6 petites courgettes ou 3 grosses
2 aubergines blanches ou violettes
3 oignons
3 gousses d'ail
25 cl d'huile d'olive
1 à 2 feuilles de laurier
1 pincée de sucre
sel et poivre

En mode dorer faire revenir les oignons et les légumes en cubes dans l'huile d'olive.

Ajouter vos tomates concasées (vous pouvez mouiller avec un fond de vin blanc sec).

Assaisonnez et jetez y votre laurier.

En mode cuisson rapide ou sous pression 12 min.

A la fin des 12 min laissez cuire 22 min en mode réchauffage ou mijotage.

Se déguste avec une fougasse aux olives ou aux anchois et un oeuf au plat.



Poulet aux poireaux et au lait

Stéphanie Brygier

Ingrédients pour 2 personnes environ :

2 blancs de poulet (ou cuisse)

1 oignon

Des poireaux émincés

Un verre de lait

Du bouillon de volaille

Préparation :

En mode "dorer" faire revenir le poulet avec l'oignon émincé.

Ajouter les poireaux émincés, le verre de lait et du bouillon de volaille.

Mettre en cuisson rapide pendant 10 min.

A la fin de la cuisson si besoin épaissir avec le maïzena.

Gambas grillé avec sa persillade d'oignons de roscoff

Enza Brigitte

Ludo

Ingédients :

Pour 2 personnes :

- 1 oignons de roscoff
- persil
- ail
- poivre sel
- gambas (20 a 25 surgelées)

Emincer très fin de l'oignons de roscoff avec le persil, l'ail, le poivre et le sel en mode dorer. Quand tout est bien rissoler y mettre toutes les gambas, les tournés jusqu'à couleur orange cela doit prendre 3 à 4mn.

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

riz jaune

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

200 g de panais, épluché et coupé en petits dés

300 g de carottes, épluchées et coupées en petits mor-
ceaux

2 oignons émincé

1 càs d'huile

un peu de thym, sel, poivre, ail semoule 2 càc de curcuma
de l'eau

200 g de riz basmati lavé

Procédure :

1. Mettre en fonctionnement le cookéo. Sélectionner en mode manuel, "dorage".
2. Une fois le préchauffage terminé faire dorer 1 à 2 minutes, dans 1 cuillère à soupe d'huile : l'oignon émincé, l'ail, les épices.
3. Ajouter le panais en petits morceaux, les carottes, le riz. Couvrir d'eau.
4. Passer en mode "cuisson rapide" pour 10 minutes.

porc bringelle

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

4 tranches de côtes d'échines coupées en lamelles

2 oignons émincés

3 gousses d'ail écrasées

1 petit morceau de gingembre

1 tomate en cubes

1 branche de thym

2 pincées de safran ou curcuma

2 à 3 aubergines en morceaux

Sel, poivre

250ml d'eau

Procédure :

Mettre le cookeo en mode "Dorer"

*Faire revenir la viande avec un peu de sel
et du poivre*

Ajouter l'oignon

*Mixer l'ail et le gingembre avant de
l'ajouter à la viande*

*Ajouter la tomate, le curcuma et la
branche de thym*

Faire revenir

Ajouter les aubergines

Ajouter l'eau

*Passer le cookeo en mode cuisson sous
pression 20min*



Poulet basquaise

Proposée par Idées Recettes Cookeo



Ingrédients

pour 4 personnes

- 4 cuisses de poulet
- 2 poivrons rouges- 2 poivrons vert
- 2 oignons
- 1 boîte 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/ 1cuillère 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 !

Courgettes farcies ww

Valerie Lacroix



Ingédients :

Pour deux personnes

4 courgettes rondes,
300 gr de boeuf haché maigre,
1 petit oignon,
2 tomates fraîches,
2 carottes,
1 boîte de tomates concassées
aux légumes

Vider les courgettes rondes, garder ce que vous en retirez, couper un oignon en fins morceaux, mélange viande, courgette et oignons, farcir les courgettes, placer les courgettes dans la cuve, ajouter les dés de tomates frais et les tomates concassées (la boîte en entier), un verre d'eau, sel et poivre et ensuite mettre en cuisson rapide pour 12 minutes...

J'ai servi cela avec du riz...

Endives et pommes de terre à la cancoillotte WW

Sonia Bommersbach

Ingrédients :

Pour 4 pers / 5 pp par pers pour une portion de 270 gr

- endives
- 400 gr de pomme de terre
- 150 gr de râpé de jambon
- 125 ml de vin blanc
- 60 gr de cancoillotte nature
- sel, poivre

Lancer le mode dorer du Cookeo.

Emincer les endives.

Eplucher les pommes de terres et les couper en cubes.

Mettre tous les ingrédients dans la cuve, excepté la cancoillotte et faire dorer 2 minutes.

Passer en cuisson rapide et faire cuire pendant 10 minutes.

A la fin de la cuisson mettre à nouveau en mode dorer et ajouter la cancoillotte et laisser fondre quelques instants

boulettes de boeuf façon ragoût

- 30 boulettes de bœuf
- oignons émincés
- 1 cs huile d'olive
- 1 boîte de coulis de tomate
- 200 ml de vin rouge

Olives vertes

Champignons de Paris émincés

Sel et poivre

Faire dorer les oignons et les boulettes, 2 minutes.

Ajouter les autres ingrédients, remuer.

Cuisson rapide 28 minutes.

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

Filet mignon de porc au Roquefort



Ingédients :

4 pers.

600g de filet mignon

6/7 belles pommes de terres

2 beaux oignons

Huile d olive

200ml de bouillon de volaille

Roquefort (tranche 150g)

Crème fraîche (moitié du pot)

4 cuillères a café de sauceline (pour
sauce blanche) .

Sel, poivre .

Mode dorer :

-Verser de l huile d olive

-Y mettre les oignons découpés,

Le filet mignon en cube , les pommes de terre
crues coupées en cubes .

-Faites dorer 5/6 min je dirais même blanchir !

-Ajouter le bouillon, le roquefort en morceau.

-Arrêter le mode dorer ,

passer en mode cuisson rapide 15 min .

Fin de cuisson maintenir au chaud .

-Ajouter le poivre , sel et crème fraîche .

Comme c est assez liquide en sauce , ajouter la
sauce blanche ça rend la sauce plus épaisse !

Un DÉLICE !!!!!



Sauté de porc au curry

Valérie Mallet Guillot

Ingrédients (4/5 personnes) :

1 kg de sauté de porc
2 oignons
1 petite boîte de concentré de tomates
1 1/2 verre d'eau
1 petite brique de crème semi-épaisse
1 c à s de curry
piment de cayenne
Thym
Huile d'olive
Sel
Poivre

Préparation :

Mettre l'huile d'olive dans la cuve et faire revenir le sauté de porc en mode "dorer".

Ajouter les oignons émincés et faire revenir quelques minutes.

Ajouter ensuite les autres ingrédients et lancer en mode cuisson sous pression pour 8 min

Servir avec du riz.



POULET AU BOURSIN CUISINE WW

RECETTE COOKÉO WW

COOKÉO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients 6 personnes (8PP la part)

550gr d'escalope de poulet en morceaux

800gr de courgettes coupées en dés

200ml d'eau avec un bouillon de volaille

100ml de vin blanc

180gr de pâtes

100gr de bacon en dés ou en allumettes



Procédure:

Mettre tout dans le cookéo, remuer et mettre en cuisson rapide 10mn.

A la fin de cuisson mettre un pot de 245gr de boursin cuisine light.

Bon appétit !

Cocotte de moule au safran et au lard

Rox Ane



Ingédients :

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 casserole airtre chauffé 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
cookeo en mode dorer faire revenir la poitrine
puis ajouter les oignons dès que les lardons ont
libéré leur gras. reserver dans une assiette.
4/ Dans la cuve du cookeo 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

POULET SATAY FAÇON « BEBETY BOUP »

RECETTE DE KARINE LANGLAIS

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients (4 personnes)

1 cc d'huile d'olive
750g de blancs de poulet coupés en deux (ou en lamelles assez larges)
2 gros oignons jaunes coupés en tranches épaisses.
1 gousse d'ail pilée
60 ml de bouillon de volaille
160 ml de lait de coco
180 ml de sauce satay toute prête (80 à 85 g)



Procédure:

Mode MANUEL DORER

Faites chauffer l'huile pour y faire dorer la viande en plusieurs fois. Réserver la au chaud. Faites ensuite revenir l'ail et les oignons, puis remettre la viande.

Ajouter le reste des ingrédients.

Mode CUISSON RAPIDE 10 min

Servir le poulet satay avec du riz blanc décorer de fines tranches d'oignon vert.



Chou vert & saucisses

proposée par Francine Devie



Ingédients

700gr de choux vert

200g de lardons fumé

1 oignon

4 pommes de terre

1 bouillon de cube

des saucisses

1 cuillère de farine

1 cuillère a café de bi carbonate

sel poivre

1/2 litre d'eau (500ml)

En mode manuel fonction dorer ,

Faire dorer 200gr lardons fumé laisser doré un peu

Ajouter un oignon sel poivre

Ajouter 4 pomme de terre coupées en 4 ,+ 1 bouillon de cube (moi et pot au feu) j'avais des saucisses a cuire que j'ai ajouté ,

une fois doré a mon gout j'ai mis une cuillère de farine ajoutée mon chou vert coupés + 1/2 litre d'eau et mis cuisson rapide 15mn

le resultat est delieux simple rapide !!!

si quelqu'un essaye ou améliore merci de me le dire a+

Bacalhau a bras

www.cookeojbh.fr

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

- ✓ 3 pavés de morue (600 g environ)
- ✓ 6 œufs
- ✓ 4 cuillères à soupe d'huile de tournesol
- ✓ 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- ✓ 2 oignons
- ✓ 2 gousses d'ail
- ✓ persil
- ✓ 12 pommes de terre

©Recettes Cookeo Dans la joie et la bonne humeur©

Laisser dessaler la morue dans de l'eau environ 24 heures avant de commencer la préparation (eau à renouveler régulièrement).

Découper la morue en petits morceaux, en retirant les arêtes.

Faire revenir les oignons et l'ail émincés dans l'huile.

Faire revenir pendant 5 minutes les morceaux de morue avec l'oignon et l'ail.

Réserver.

Découper les pommes de terre en frites très fines.

Les plonger dans la friteuse pour qu'elles soient précuites (Attention, ne pas les cuire !).

Mélanger les frites, la morue, les oignons et l'ail ensemble dans la cuve, pendant 5 minutes.

Battre les œufs en omelette, saler, poivrer.

Mettre cette préparation avec la morue 1 minute avant la fin de la cuisson.

Laisser chauffer quelques instants tout en remuant (faire attention à ne pas cuire les œufs).

Saupoudrer de persil et mélanger.

Décorer d'olives noires et de tomates cerises.

www.cookeojbh.fr

Recette inventive crevettes surimi

Margareth Legros Martinan

200 g de crevettes surgelées
4 bâtons de surimi
1 cuillerée d'huile
1 gousse d'ail
4 blancs de poireaux
paprika
5 tomates cerises
10 cl de lait de coco

En mode dorer faire revenir les crevettes et les bâtons de surimi coupés en morceaux dans l'huile. Ajouter les poireaux coupés en tronçons, le paprika les tomates cerises le lait de coco. Mettre en cuisson rapide 5 mn.

Pommes de terre au lard

Criki Cmoi



Ingrédients :

Pour 2 personnes

Huile d'olives, 1 barquette de lardons fumés, 1 oignon émincé, 4 pommes de terre coupées en 4, 1 cas de farine, 1 verre de vin blanc et 1 verre d'eau.

Faire dorer l'oignon et les lardons dans l'huile d'olives, ajouter les pommes de terre, saupoudrer de farine, bien remuer, ajouter le vin blanc et l'eau.

Cuire 8 mns en cuisson rapide.

Bon appétit !

MAROLETTE

RCJBH

Ingrédients 4 pers

- 1.5 kilos de pommes de terre
- 25 cl de creme liquide
- 2 oignons
- 8 snakis
- 125 g de dés de jambon
- maroille
- 1 c a s d'huile d'olive
- poivre



Procédure:

éplucher et couper les pommes de terre en rondelle, mettre a dorer les oignons, snaki, dés de jambon dans l'huile, ensuite la crème et le poivre.

fermer le cookeo et mettre a cuire rapide 12 min à la fin de la cuisson ouvrir le cookeo et mettre les morceaux de fromage puis remettre en position réchauffer 3 min voila c'est prêt

bon appétit

Courgettes au chèvre

Caroline Salamone



Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 6 courgettes,
de 4 a 8 petits chèvres frais
suivant votre goût,
une échalote (ou oignon),
une bonne giclette de sauce tomate,
une barquette d'allumette de lardons
fumés (moi je prends dégraisser)

Mettre en mode doré avec un peu d'huile
d'olive faire revenir l'échalote, les
courgettes coupées en morceaux, faire
cuire dans ce mode pendant 15 a 20
minutes pour faire dégorger les courgettes,

Mettre les lardons, le fromage de chèvre, la
sauce tomate, fermer cookeo et passer en
mode cuisson rapide pendant 2 à 3
minutes.

Pour le croustillant j'ai tout mis dans un
plat a gratin et j'ai passé au four pour
gratiner !!!

Accompagner d'une côté de porc un régal
et un plat de saison

Riz aux courgettes

Jean-Claude Lyonne



Ingédients :

4 personnes :

325 gr de riz
500 gr de courgettes
un bouillon de légume
1 oignon
sel et poivre
crème fraîche ou sauce tomate

Faites revenir l'oignon quelques minutes (fonction dorer)
ajouter le riz et 4 verres d'eau .
Remuez, salez et poivrer.

Coupez les courgettes en rondelles
les ajouter au dessus.
Mettez le bouillon cube émietté.
Fonction cuisson rapide 15 mn

Au moment de servir, enlever du jus
si c'est trop liquide et versez la crème
fraîche ou sauce tomate ou nature
c'est selon !
J'ai accompagné ce plat
de cuisse de poulet !

Lentilles de chez moi

Bésito Audrey Stella

Ingrédients :

Pour 6 personnes :

- 6 perugines,
- 1 lard tranché,
- 250 g de lentilles verte,
- 1 poireaux,
- 3 carottes,
- 1 courgettes,
- la moitié d'une boîte de pulpe de tomates

Séparer vos saucisses a l'aide d'un couteau ou ciseau coupez votre lard prétranché en deux afin d'en avoir au minimum 6 tranches émincer et laver vos légumes mettre le tout en mode dorer environ 5 minutes remuer de temps en temps ajoutez ensuite les lentilles et la 1/2 boîtes de pulpes de tomate ajouter l'eau afin de recouvrir votre préparation remuer une dernière fois puis cuisson rapide 15 min ajouter si besoin sel et poivre a la fin de la cuisson



Paupiettes de porc au vin rouge

Proposée par Idées Recettes Cookeo



Ingrédients

6 paupiettes de porc

2 oignons

1 échalote

1 barquette de lardon

3 carottes

1 bouquet garni (ou 3 feuilles de laurier et thym)

1/2 litre de vin rouge

1 brique ou boîte de tomates concassées ou coulis de tomates

2 cuillère a soupe de maïzena

sel/poivre

1/en mode manuel > fonction dorer

faites revenir les paupiettes dans le cookeo avec un filet d'huile d'olive les faire dorer des 2 faces (environ 3mn) retirer et réserver

ajouter l'oignon et l'échalote émincés ,+ les lardons , + carottes coupées en rondelles. laisser cuire 8 bonne minutes

ajouter la tomates + le vin rouge , + le bouquet garni salé poivré

ajouter vos paupiettes

prendre un peu de liquide et diluer les 2 cuillères a soupe de maïzena

ajouter le tout dans la cuve

remuez bien

2/passez en cuisson rapide 20mn

servir avec du riz blanc bon appétit !!!

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

Poulet "refougado"

Sonia Manuel



Ingrédients :

4 personnes

4 cuisses de poulets

2 CS de paprika doux

1 oignon

1 boîte de tomate concentrée

Spaghetti (selon vos goûts)

200 ml de vin blanc

Eau

En mode dorer:

j'ai mis le poulet avec un peu d'huile
d'olive

une fois un peu doré j'ai ajouté l'oignon

paprika

vin

concentré de tomate

ensuite une fois le vin un peu délayé j'ai
ajouté l'eau et mis en mode cuisson

rapide 5 min car le défait rapidement et

ajouté les spaghetti... j'ai remis de l'eau

pour remplir entièrement un ajouté un
peu de vin.

salé poivré et cuisson rapide 5 minutes.

Et voila c'est pret. !! Un régal !

Seul petit truc le poulet était défait (trop
de cuisson ou poulet qui est comme ça!)

Tomate miroir

Audrey Thierry Huerdo

4 tomates
1 oignon
Ail en semoule
lardons allumettes
4 oeufs
gruyère râpé

Vider la tomate.

Mettre un peu d'oignon haché, d'ail en semoule, de lardon. Casser un oeuf par dessus (il ne faut pas que l'oeuf déborde). Ajouter du gruyère râpé et mettre dans le panier vapeur.

Mettre 200 ml dans la cuve, poser le panier vapeur et cuisson rapide 10 mn pour des oeufs bien cuits ou 5/7 min pour des oeufs coulants.

Potée lorraine

Catherine Felt

Ingrédients pour 4 personnes :

- 1 chou blanc ou vert
- 8 pommes de terre
- 2 blancs de poireaux
- 1 navet long blanc
- 8 carottes
- 1/4 de céleri rave
- 2 saucisses de morteau aux choux
- 1 rôti de porc fumé à cuire
- Lard fumé
- 2 marmite de bouillon de poule
- 1 marmite bouquet garni
- 1 marmite de bouillon de légumes
- 2 oignons
- 100ml de vin blanc
- 600ml d'eau

Faire revenir en mode dorer les oignons et le lard fumé

Ajouter le chou et les poireaux coupés en morceaux

Ajouter le vin blanc, le bouillon de légumes et 1 bouquet garni. Laisser dorer 10 à 15 min

Puis rajouter le rôti de porc, les carottes, le céleri les saucisses coupées en tronçon, le navet et les pommes de terre

Ajouter 600ml d'eau et les marmites de bouillon de poule

Cuisson sous pression 30 min

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

cookeo

boulettes de veau/pattes/tomates

- 18 boulettes de veau
- 1 ou 2 oignons/oignon blanc
- 12 tomates grappe
- une marmite de bouillon de bœuf
- une noisette de beurre
- huile d'olives
- sel/poivre

En mode dorer, cuire les boulettes.

Ajouter les oignons, retirer la viande.

Mettre les tomates coupées, cuisson rapide 4 minutes.

Une fois fini, remettre les boulettes, 250 ml d'eau, les pattes.

Cuisson rapide 7 minutes.

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

Boulettes sauce tomate

Anne Catherine
Lelong Thibaut



Ingédients :

4 à 6 personnes
500g de haché de boeuf
500g de chair à saucisse de porc
3 boîtes de tomates pelées concassées
(400g)
2 gros oignons
1 oeuf chapelure
3 gousses d'ail
sel poivre muscade

Préparer la sauce en mode dorer faire revenir les oignons et l'ail dans un peu de matière grasse, ajouter les tomates Passer en mode cuisson rapide et cuire 10 minutes.

Pendant ce temps préparer les boulettes en mélangeant les hachés, l'oeuf et la chapelure assaisonner de noix de muscade.

Quand la sauce est prête, la mixer, rectifier l'assaisonnement et y déposer les boulettes et cuire 20 minutes en cuisson rapide



Poulet Riz Cantonais

proposé par MoulinexFR·Abdel Alaoui



Ingrédients

Ingrédients pour 2 personnes :

- Riz basmati : 150 g
- Poulet : 400 g
- Petits pois
- Omelette en morceau
- Ciboulette ou coriandre

recette en vidéo

choucroute alsacienne

- un jarret de porc demi-sel
- un morceau de lard fumé
- 1 saucisse de Montbéliard
- 6 saucisses de Strasbourg
- 6 PDT
- 1,5 kg de choucroute cuite
- 50 cl de vin blanc
- 50 cl d'eau
- Oignons, ail, un bouquet garni

Faire revenir les oignons et l'ail hachés, ajouter le jarret et le bouquet garni. Recouvrir de vin blanc et d'eau puis cuisson rapide 25 mins.

Retirer la viande et récupérer le jus de cuisson. Dans la cuve, mettre le chou, le lard au dessus, la saucisse coupée, les pdt et la viande. Verser le jus de cuisson jusqu'à recouvrir le chou.

Faire cuire les saucisses de strasbourg à part.

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

pdt/bacon

- 2paquets d'allumettes bacon
- 1boîte de fromage Elle et Vire à la ciboulette
- échalotte en poudre
- 60ml de vin blanc
- 150ml d'eau
- Poivre
- pdt

Faire revenir les pdt coupées et les allumettes.

Ajouter les autres ingrédients, remuer.

Cuisson rapide 10 minutes.

www.cookeojbh.fr

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

Crevettes sur fondue de poireaux

Hélène Brisset



Ingrédients :

Pour 2 personnes

1 barquette de crevettes roses

d'environ 300 gr à éplucher,

2 gousses d'ail,

3 petits blancs de poireaux,

15 cl de crème liquide allégée ou non.

Dans un premier temps faire cuire les poireaux émincés à la vapeur (programme poireaux dans ingrédients).

En mode manuel > Dorer

Faire revenir les crevettes épluchées dans de l'huile d'olive avec l'ail en mode dorage, si besoin rajouter un peu d'eau afin d'éviter une surdose d'huile. Incorporez les poireaux, salez, poivrez et la crème, laissez cuire quelques minutes et voilà, bon appétit !

Le poulet de Clochette

Clo Chette

2 cuisses de poulet
2 pommes de terre (200 g)
2 carottes (100g)
1 oignon
Vermicelles (50 g)
Paprika doux
Persil
Sel
Poivre
1 l d'eau

Eplucher tous les légumes, couper les pommes de terre en cube, les carottes en rondelles les oignons comme vous voulez.

Mettre dans la cuve 50g de pommes de terre 50 g de carottes les oignons le persil. Poser dans le panier vapeur le reste des légumes, le poulet (saupoudré de paprika) su sel du poivre et 1 l d'eau.

Cuire sous pression 13 mn.

Rajouter les vermicelles dans le panier vapeur. Cuire sous pression 2 mn.

Retirer le panier vapeur et mixer la soupe de la cuve.

Ajouter les légumes et le poulet dans votre soupe pixée et servir.

Riz à l'espagnol

Nini Reimon

Ingédients :

Pour 6 personnes :

- 200 gr de riz,
- 1/2 poivrons de chaque couleur,
- 1 courgettes,
- 1 chorizo,
- 1 cube de bouillon de poule dégraissé,
- sel poivre
- 2 oignons,
- du rizdor (épices paella) ,
- 300ml d'eau

Couper en lanières les poivrons, en dés les courgettes et les oignons, en rondelles le chorizo; faire revenir dans un petit peu d'huile les légumes (5mn) en mode dorer.

Ajouter le riz, l'eau et le cube émietté avec les épices et le chorizo, cuire 9mn en cuisson directe

GLOUBIBOULGA D'AUBERGINES RECETTE DE FLOFLO

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients pour 4 personnes :

1kg d'aubergine
500g de bœuf haché
1 oignon
2 gousses d'ail
1 grosse boîte de tomate pelées
Thym
Laurier
Sel poivre



Procédure:

En mode dorer, faire revenir l'ail et l'oignon émincés quelques minutes
Ajouter la viande et les aubergines. Faire dorer quelques minutes.
Ajouter les autres ingrédients, mettre le mode cuisson sous pression pendant 8 minutes.

POÊLÉE COURGETTES / POMMES DE TERRE RECETTE DE SONIA BOMMERSBACH

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients Pour 5 personnes :

700 gr de courgettes
400 gr de pommes de terre
1 cc d'huile d'olive
sel, poivre
thym
2 gousses d'ail



Procédure:

Lancer le Cookeo en mode dorer.
Pendant ce temps éplucher les pommes de terre. Couper les ainsi que les courgettes en cubes.
Mettre l'huile dans la cuve et faire dorer les légumes quelques instants tout en remuant.
Saler, poivrer, rajouter le thym et les gousses d'ail pressées.
Rajouter un peu d'eau, très peu car les courgettes vont rendre de l'eau.
Fermer l'appareil et programmer 10 minutes en cuisson rapide.

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

Filet mignon au maroilles

Élodie Hebert



Ingrédients :

Pour 4 personnes:

400g de filet mignon de porc;
2cc d huile;
1 oignon émincé,
50 ml de vin blanc,
100g de crème fraîche allégée
à 5%,
70g de maroilles,
sel poivre

couper le filet mignon en
morceaux grossiers,

faire dorer 5 mn avec l oignon.
Verser le vin blanc et la crème
fraîche, saler poivrer.

Déposer le maroilles couper en
morceaux, faire cuire cuisson
rapide 10mn.

De mon côté j avais ajouter des poireaux congeler pour avoir des légumes à opp,
et servis avec du riz(100g=3 pt)

Calamars & co

Anne Smariotto

Ingrédients :

Pour 6 personnes :

- 250g de calamars (ou plus selon les goûts)
- 500g de grosses crevettes (précuites)
- Un oignon (moyen)
- Une boîte de champignons de Paris tranchés et la moitié du jus
- 2 tomates
- 2 pommes de terre (grosses)
- Carottes (env 300g)
- 1-2 cuillère à café de massala

Faire dorer les légumes (les champignons en dernier)avec un peu de beurre sel poivre puis après les champignons les calamars et crevettes 1-2 cuillère à café de massala et cuisson rapide 5 min

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

Fondue de poireaux vache qui rit / jambon

Pour 2 pers.

- 1 botte de poireaux
- 3 vache qui rit
- 1 paquet de jambon en lanières

Couper les poireaux en tronçons,
cuire mode cuisson du cookéo
légumes, égoutter, puis remettre en
cuisson rapide avec 3 vache qui rit et
un paquet de jambon en lanières.

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

Paupiettes de volaille

pomme de terre et carottes

Charlotte Guérardelle



Ingrédients :

Pour 2 personnes

un peu de beurre,
2 paupiettes de volaille,
8 petites pommes de terre,
2 carottes,
1 oignon,
4 échalotes,
quelques feuilles de laurier
(ou un bouquet garni),
un peu de sel et de poivre,
1 verre d'eau
un 1/2 verre de vin blanc

En mode dorer, faites dorer les paupiettes sur chaque face dans un peu de beurre.

Salez et poivrez.

Puis retirez les paupiettes et réservez.

Ajoutez l'oignon émincé et les échalotes coupées en 2, faites dorer.

Remettez les paupiettes, ajoutez le laurier, les pommes de terre coupées en quartier, les carottes en rondelle, l'eau et le vin blanc.

Mettre en mode cuisson rapide pendant 15 minutes.

Poulet à l'ananas, sauce aigre douce

Laëtitia Hanvic

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- * 750 g de sauté de poulet
- * 1 boîte d'ananas au sirop
- * 2 cuillères à soupe bombées de ketchup
- * 2 oignons
- * 3 gousses d'ail
- * 4 cuillères à soupe de sauce soja
- * 1 cuillère à soupe de maïzena
- * Huile d'olive
- * Piment fort

- Peler et hacher l'ail et l'oignon.
- Ouvrir la boîte d'ananas et couper les fruits en morceaux en gardant le jus.
- Faire chauffer un filet d'huile
- Y faire dorer le poulet sur toutes ses faces.
- Ajouter les oignons et faire revenir 5 minutes de plus.
- Fouetter le sirop d'ananas, le ketchup et la sauce soja avec la maïzena.
- Verser ce mélange sur la viande, ainsi que l'ail, le piment et 250 ml d'eau.
- laisser cuire pendant 10 minutes sous pression

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

cookeo

Petit salé aux lentilles

Fanny Cuvilliez



Ingédients :

Pour 6 personnes

700g d'échine de porc fumée
600 de poitrine de porc demi sel
4 saucisses fumées au bois de hêtre
2 oignons
1 bouquet garnis
2 carottes (facultatif)
6 petites pommes de terre
(facultatif)
500g de lentilles verte du puy
2 gousses d'ail
1 bouillon de légumes
500ml d'eau avec 1cs de fond de
veau

Mettre le cookeo en mode "bœuf bourguignon" et incorporer la viande coupées en cubes de 3 à 4 cm, les oignons émincés et l'ail écrasé.

Faire dorer 5 mn puis incorporer le liquide et fermer le cookeo. C'est parti pour 35mn de cuisson...

Incorporer les lentilles et, si vous le souhaitez, les carottes et les pommes de terre. N'oubliez pas le bouquet garni.

Passer le cookeo en mode "ingrédients" et sélectionner les lentilles dans la rubrique légumes pour un temps de cuisson de 20mn.

Vous n'avez plus qu'à vous régaler!

Blancs d'encornet à la sauce tomates

Maylis Urvoy Rougon



Ingrédients :

Pour 6 personnes

- 1 gros oignon
- 600 g de blancs d'encornet
- 250 g de sauce tomates
- 20 cl de vin blanc
- safran
- bouquet garni
- sel poivre

Emincer finement l'oignon et le faire dorer dans un peu d'huile jusqu' à ce qu' il devienne translucide.
Ajouter les blancs d'encornet coupé en morceaux puis mettre la sauce tomate, le vin, le safran, le bouquet garni, sel, poivre.
Choisir le mode manuel, cuisson rapide et faire cuire 35 minutes.
Servir avec du riz.



Haricots blancs façon cassoulet

Emmanuelle Dauchet

Ingrédients :

680 gr de haricots blancs
6 carottes (300 gr)
4 pilons de poulet
4 diots de savoie fumés (aux cèpes pour moi)
2 échalions ou 1 oignon
3 tomates
70 g de concentré de tomate
1 cube de bouillon de légumes
200 ml de vin blanc sec
200 ml d'eau
1 c à s d'huile d'olive
100 gr de crème épaisse (falcutatif)
thym
sel poivre

Préparation :

Monder et épépiner les tomates et les couper en morceaux.
Faire dorer les pilons de poulet, avec un peu d'huile, sur toutes leurs faces pendant environ 8 mn.
Eplucher et émincer grossièrement les échalions et les ajouter dans la cuve.
Eplucher les carottes, les couper en rondelles.
Ajouter les diots de Savoie dans la cuve et poursuivre le dorage pendant encore 5 mn, en remuant de temps en temps.
Ajouter dans la cuve les tomates, les rondelles de carottes, les haricots blancs, le vin blanc, le cube de bouillon de légumes et le concentré de tomate délayés dans les 200 ml d'eau, le thym, sel et poivre et mélanger.
Programmer cuisson sous pression (cuisson rapide) pendant 15 mn.
Enlever les pilons de poulet et les diots de Savoie, les réserver au chaud, et poursuivre la cuisson des haricots et carottes pendant 15 mn.

Ajouter si nécessaire la crème épaisse, mélanger, vérifier l'assaisonnement, remettre les viandes dans la cuve et laisser en mode maintien au chaud pendant 2 à 3 mn de façon à réchauffer les viandes.

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, leharicot 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

poulet gorgonzola

- 4filets de poulet
- 2 barquettes de gorgonzola
- crème fraîche
- 1cas de noix de muscade

Couper les filets en morceaux,
et les faire revenir 5 minutes.

Ajouter le gorgonzola, et le
laisser fondre.

Mettre 2 briques de crème, la
noix de muscade. Mélanger.

Cuisson rapide 10 minutes.

SAUTÉ DE PORC MARENGO

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients pour 4 personnes:

600 g de sauté de porc dégraissé
1 boîte de 400g de tomates concassées
20g de beurre
1 oignon
10cl de vin blanc
Thym
Laurier
1 gousse d'ail
Sel poivre
jus de citron



Procédure:

En manuel, faire dorer l'oignon pelé et émincé et l'ail pelé et émincé quelques minutes puis ajouter le sauté de porc. Faire dorer quelques minutes. Ajouter la tomate, le vin, le thym, le laurier, le sel et le poivre. Faire cuire sous pression pendant 8 min.

FRICASSÉE DE POMMES DE TERRES ET DE COURGETTES À LA MÉDITERRANÉENNE

RECETTE DE [SONIA BOMMERSBACH](#)

Ingrédients pour 4 personnes

500 gr de pommes de terres
1 belle courgette ou 2 petites courgettes
½ oignon ou 1 petit
400 ml d'eau
1 cœur de bouillon de légumes à la méditerranéenne
sel, poivre
herbes de Provence



Procédure:

Eplucher les pommes de terres, les laver et les couper en gros cubes.

Laver les courgettes et les couper en 2 puis dans le sens de la longueur et en rondelles.

Lancer le mode dorer du Cookeo et pendant le préchauffage faire dorer l'oignon émincé.

Une fois l'oignon doré rajouter les pommes de terre et les courgettes, le cœur de bouillon et l'eau.

Lancer une cuisson rapide pour 10 minutes.

À la fin de la cuisson rajouter des herbes de Provence, du sel, du poivre, mélanger le tout et servir.

Les crevettes de Clochette

Clo Chette

1 c à soupe d'huile
2 c à soupe de soja
2 c à soupe de soja sucré
1 oignon
3 poivrons
300 gr de crevettes fraîches ou surgelées
1 petit boîte de tomate sauce
sel (très peu)
Poivre

Eplucher et couper l'oignon en dés.
Laver épépiner et couper les poivrons en dés.
Enlever les têtes des crevettes.
En mode dorer mettre l'huile le soja et le soja sucré. Ajouter les oignons 3 mn puis les poivrons, puis 3 mn après les crevettes et la tomate.
Ajoute une demie pincée de sel et du poivre.
Cuire sous pression 3 mn.
Servir avec du riz basmati ou des pâtes fraîches.

CHILI CON CARNE

MORGAN MOC

Ingrédients

1kg de viande hachée
1 oignon
2 grosses boîtes de haricots rouges
1 ou 2 boîtes de maïs
2 briques de jus de tomates
1 bouquet garni
1 cube bœuf
Concentré de tomate



Procédure:

faire revenir 1 kg de viande hachée avec l'oignon
ensuite rajouter 2 grosses boîtes de haricots rouges, 1 ou 2 boîtes de maïs (selon le goût), 2 briques de jus de tomates, 1 bouillon de bouquet garni, 1 cube bœuf, 1 bonne dose de concentré de tomate (selon le goût)

cuisson rapide 10 min, un vrai délice

HARICOTS VERTS FRAIS À LA TOMATE, THON ET BACON

RECETTE PROPOSÉE PAR EMMANUELLE DAUCHEL

RECETTE COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients (2 personnes)

550 gr d'haricots verts frais (ou surgelés)

1 échalote

2 gousses d'ail

1 boîte de thon de 190 gr non égoutté

1 boîte de tomates concassées de 400 gr

100 gr d'émincé de bacon

40 gr de concentré de tomate

100 ml d'eau

Epices au choix

Sel, poivre, thym

1 càs d'huile d'olive.



Procédure:

Eplucher l'échalote et l'émincer.

Eplucher, dégermer et couper l'ail.

Verser l'huile d'olive dans la cuve (ou cocotte ou faitout) et y faire dorer en manuel l'échalote et l'ail pendant environ 2 mn, ajouter l'émincé de bacon, laisser dorer encore environ 1 mn.

Ajouter le reste des ingrédients, mélanger et cuire 15 mn sous pression au Cookéo.

Pennes au poulet et au pesto

Annie Ponceblanc

Ingrédients :

Pour 2/3 personnes :

- 170 gr de penne
- 80 gr de pois mange-tout
- 2 gros blancs de poulet (ou 3 petits)
- 1 CS d'huile d'olive
- 100 gr champignons de Paris
- 1 CS ½ de pesto
- 75 gr de crème semi-épaisse à 18% de mg
- ½ cube bouillon de volaille
- 35 cl d'eau
- Sel et poivre

Coupez les blancs de poulet en cubes

Passez les pois mange-tout sous l'eau froide, les égouttez

Lavez les champignons, puis les couper en 4

Dans un bol, mélangez le pesto et la crème, réservez

En « mode dorer », faire revenir le poulet dans l'huile d'olive. Ajoutez les champignons et continuez le dorage jusqu'à évaporation

de l'eau des champignons. Salez, poivrez.

Emiettez le cube de bouillon de volaille, ajoutez les penne, les pois mange-tout, versez l'eau. Remuez bien le tout.

Passez en mode « ingrédients », sélectionnez « Blé »

⇒ le poids 200 gr, cuisson 8 mn ...

En fin de cuisson si il reste trop d'eau, égouttez les pâtes puis les remettre dans la cuve encore chaude, versez le mélange crème+pesto, mélangez et dégustez.

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

cookeo



Poulet vapeur à l'anis

proposée par Corinne Croisille



Ingrédients

pour 4 personnes

1 cube de bouillon de volaille

4 cuisses de poulet

1 cuillères à café d'anis en poudre

4 grosses carottes

4 endives

1 brocoli

8 cuillères à café de crème fraîche

8 olives noires hachée

Mettre le cookeo en manuel et dorer.

Mettre le cube de bouillon de volaille avec un demi litre d'eau.

Ôter la peau des cuisses de poulet, les couper à la jointure.

Disposer les morceaux dans le panier, saler, poivrer et saupoudrer d'une demi cuillère d'anis.

Faire dorer 5 minutes.

Éplucher les carottes, couper les endives dans la longueur et le brocoli en fleurettes.

Disposer tous les légumes sur le poulet.

Mettre le cookeo en mode cuisson rapide.

Saupoudrer du reste d'anis, ajouter la crème et les olives hachées.

Faire cuire 10 minutes.

RIZ AUX LÉGUMES ET A LA VIANDE HACHÉE RECETTE SONIA BOMMERSBACH

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients Pour 5 personnes :

500 gr de bœuf haché à 5 % de mg
330 gr de carottes
400 gr de courgettes
200 gr de riz blanc cru
6 cs de crème liquide à 15 % de mg
1 échalote
350 ml d'eau
2 kub'or soit un bâtonnet
arôme plein sud
sel, poivre



Procédure:

Eplucher les carottes, les couper en rondelles.
Couper les courgettes en cubes.
Réserver.
Lancer le Cookéo en mode dorer et pendant le préchauffage émincer l'échalote et la mettre dans la cuve avec le bœuf haché.
Faire dorer tout en émiettant la viande à l'aide d'une fourchette, saler, poivrer.
Rajouter ensuite les carottes et les courgettes et mélanger le tout.
Saler, poivrer.
Incorporer ensuite le riz et mélanger à nouveau.
Mettre l'eau et le kub'or dans la cuve, mélanger et lancer une cuisson rapide pour 15 minutes.
A la fin de la cuisson, passer en mode dorer et rajouter la crème et l'arôme plein sud.
Bien mélanger le tout en faisant chauffer 1 minute.
Servir.

POULE AU POT

RECETTE DE **NANOU MAECT**

COOKER DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingédients 4 personnes:

1 poule
6 carottes
4 poireaux coupés en 2
3 ou 4 navets
1 gros oignon
Thym / laurier



Procédure:

Faire revenir la poule sur toute ses faces en mode rissoler...pendant 5/6 minutes avec oignon

Puis mettre 2 grands verres d'eau, poireaux, carottes et navet le tout avec du thym et laurier

Cuisson rapide 20 minutes dans un premier temps verifier la cuisson et remettre en cuisson si necessaire chauffer de la crème fraiche /sel/poivre 2 mn au micro onde et nappez sur la poule et les legumes



Bolognaise de porc et ses petits légumes

Ingrédients :

1 oignon
500 g d'échine de porc
2 poivrons
3 courgettes
5 ou 6 carottes
500 g de coulis de tomate
200 ml de vin blanc

Préparation :

Emincer les poivrons les faire dorer dans un peu d'huile.

Hacher la viande avec l'oignon.

Couper les carottes et les courgettes en morceaux.

Ajouter le hachis aux poivrons, mélanger pour que ça prenne un peu de couleur.

Y ajouter les carottes et les courgettes puis la sauce tomate et le vin, assaisonner.

Cuisson sous pression ou rapide 10 min.

Marmite espagnole light, version WW

Sonia Bommersbach

Ingrédients :

Pour 5 personnes (9 pp par pers)

- 10 Knacks de poulet
- 1 poivron
- ½ oignon
- 200 gr de riz cru
- 1 cc cumin
- 1 cc paprika
- 400 ml d'eau
- 1 bouillon cube de volaille
- 10 tomates cerises
- sel, poivre

Mettre le Cookeo en préchauffage et pendant ce temps couper les knacks en rondelles.

Emincer l'oignon.

Couper le poivron en petits morceaux.

Couper les tomates cerises en 2.

Mettre le tout dans la cuve

Rajouter le riz, mélanger

Rajouter les épices et le bouillon cube émietté

Mouiller l'ensemble avec l'eau

Programmer cuisson rapide 10 minutes

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

cookeo



Photo Ghislaine Julian

Poulet et pâtes à la tomate

Ghislaine Julian

Ingrédients pour 2 personnes :

2 cuisses de poulet (congelées)
oignons (surgelés)
Thym
Estragon
Origan
Sel poivre
1 brique de coulis de tomate
Pâtes (penne)
400 ml de bouillon de volaille

Cookeo dans la joie et la bonne humeur

Préparation :

Mettre les cuisses de poulet congelées 10 min en mode dorer.

Ajouter les oignons surgelés 5min.

Mettre les herbes et une demi brique de coulis de tomates.

Cuisson rapide (sous pression) 15 min .

Rajouter les pâtes, le reste de la brique et 400 ml de bouillon de volaille (le bouillon doit être juste au niveau des pâtes).

Cuisson rapide (sous pression) 10min.

ccb

LAPIN EN GIBELOTE

RECETTE DE **VERO POINSOT**

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients :

1 lapin découpé en morceaux
200 gr de lard coupé en morceaux
50 gr de beurre 1/2 sel
1 beau oignon
2 verres de vin blanc sec
10 cl d'eau
1 c à s de farine
200 gr de champignons
sel
poivre



Procédure:

Mettre votre cookeo en mode dorer et y faire revenir les morceaux de lapin sur tous les côtés dans le beurre. Ajouter le lard et remuer.

Émincer l'oignon et l'ajouter à la préparation.

Mettre la farine sur le lapin et arroser le tout avec le vin et l'eau.

Saler et poivrer un peu, vous ajusterez l'assaisonnement en fin de cuisson, selon votre goût.

Mettre le Cookeo sous pression durant 20 mn.

Une fois terminé, y ajouter les champignons et refermer le couvercle du cookeo et remettre 2 mn sous pression.

Vous pouvez accompagner ce plat de pommes de terre vapeur.

Bon appétit !!!

Pilons de poulet Forestiers et nid de tagliatelles

Leatitia Coutelle



Ingrédients :

Pour 2 personnes

- 4 pilons de poulet
- 150 g de tagliatelles fraîches
- 1 sac de mélange forestier surgelé 450 g
- 250 ml d'eau
- 2 cuillères à soupe bombée de fond de veau
- 20 cl de crème fluide légère
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- sel et poivre

Faite revenir les pilons de poulet dans 2 cuillères à soupe d'huile d'olive en mode dorer dès que les pilons sont bien dorés sur toute les faces arrêter la cuisson.

Retirez les pilons de la cuve puis verser 250 ml d'eau, ajoutez le fond de veau, la crème, salez, poivrez et mélanger, mettre les tagliatelles, les champignons et les pilons. Fermez le cookéo et passez en cuisson rapide 7 minutes.

Boeuf bourguignon à l'ancienne

Cécilou Nysten

800 g de boeuf à bourguignon
200 g de champignons de Paris
200 g de lardons
200 g de carottes
1 oignon
75 cl de vin rouge
2 feuilles de laurier
sel poivre
1 c à soupe de farine

Cookeo dans la joie et la bonne humeur

Mettre la viande dans la marinade et laisser reposer au frais 1 nuit au moins.

En mode dorer faire revenir les lardons et les champignons puis réserver.

Faire colorer la viande sur toutes ses faces avec un peu d'huile d'olive si besoin.

Ajouter la farine, bien mélanger puis ajouter la marinade le laurier, saler poivrer.

Mettre en cuisson rapide 35 min.

Si à la fin de la cuisson la sauce est un peu trop liquide diluer de la maïzena ou de la sauceline.

Déguster avec des tagliatelles fraîches.

Vous pouvez aussi ajouter des oignons grelots caramélisés dans du sucre et du vinaigre balsamique.

LENTILLES INDIENNE

Ingrédients 4 personnes :

1 oignon émincé
2 cuillères à soupe de curry
1 cuillère à soupe de curcuma
1 cuillère à soupe de coriandre
20cl de lait de coco
400g de tomates pelées concassées
200g de lentille blonde
2 pommes de terre coupées en petits carrés
Sel
600ml d'Eau

Procédure:

Faites dorer l'oignon émincé.
Ajouter les épices puis tous les autres ingrédients sauf le lait de coco, mélangez
Cuisson sous pression: pendant 16 min
A la fin, ajoutez le lait de coco et mélangez

JAMBON PERSILLE

revisité

Danamaso Danamaso

Ingrédients :

Pour 8 à 10 personnes

- 1 Jarret de porc d'un kilo
- Autant de pieds de porc (2 entiers)
- 2 ou 3 carottes coupées en cubes
- 1 poireau coupé en 3 et ficelé
- 1 berlingot de vin blanc de cuisine
- 1 bouquet garni
- 3 oignons
- 3 gousses d'ail
- 1 beau bouquet de persil plat (il est plus goûtu , mais pas trouvé donc pris frisé)
- Eau

Mettre tous les ingrédients sauf , 2 oignons et les 3/4 de la botte de persil .

Mettre les aromates selon les goûts de chacun
Saler , poivrer , j'ai mis des baies roses (plus de poivre gris en grains)

Couvrir à fleur d'eau .

CUISSON 1 H 30 , je l'ai fait en 2 temps pour voir la cuisson . il faut que la viande se détache des os , mais ne soit pas en bouilli.

A chaud , effiloche les viandes .

Passer le liquide , récupérer les carottes et les ajouter à la préparation .

Eplucher les 2 oignons , les aux et défaire le persil , hacher le tout et ajouter aux viandes .

Bien mélanger , rectifier l'assaisonnement .

Répartir dans des contenants (bols ou autres) et là , seulement mettre du liquide , et l'amalgamer

....

Laisser refroidir au moins 12 H

Emincé de boeuf en sauce

Véronique Assouline



Ingrédients :

4 personnes

500g de boeuf émincé

4 gros oignons

350 ml de bouillon de boeuf ou fond de veau.

Huile d'olive.

En mode dorer: faire brunir les oignons dans une c.à.s.d'huile une dizaine de minutes puis ajouter le boeuf et le faire revenir.

Ajouter le bouillon.Saler, poivrer puis mettre en mode cuisson pendant 10 minutes.

Lier la sauce avec de la maizena (Attention à bien la diluer d'abord dans de l'eau froide.)

Accompagner d'un riz blanc.

Possibilité d'ajouter un ou deux poivrons verts émincés avec les oignons.

Andouillettes au chablis

Cécilou Nysten



3 andouillettes coupées en rondelles

1 oignon

Un filet d'huile d'olive

1 petit verre de chablis

Persil

En mode dorer faire suer l'oignon et colorer les andouillettes

En mode cuisson rapide ajouter le vin et le persil et cuire 8 minutes

Cookeo dans la joie et la bonne humeur

Pommes de terre à la savoyarde

Catherine Felt

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 6 pommes de terre
- 125g de lardons
- 125g de fromage à raclette
- 40 cl de crème fraîche liquide
- 100 ml d'eau
- 250g de mascarpone
- sel, poivre

Eplucher et couper les pommes de terre en rondelles.

Couper en dès le fromage à raclette.

Mettre tous les ingrédients dans la cuve.

Mélanger

Cuisson rapide 10 min.

Poule / Poulet au riz

Anne Catherine Lelong Thibaut



Ingédients :

6 personnes :

1 poule ou 1 poulet fermier
2 carottes
2 navets
2 oignons
1 cube bouillon poule
250g de haché de veau
250g de champignons
1 jus de citron
chapelure
sel poivre
curry
bouquet garni
100g de farine
100g de beurre

Mettre la poule dans le cookeo avec les carottes navets et oignons émincés avec le cube bouillon couvrir d'eau saler poivrer y déposer le bouquet garni cuire en cuisson rapide 30 min. Pdt ce temps réaliser de minis boulettes avec le haché de veau sel poivre chapelure. Quand la poule est cuite filtrer le bouillon le réserver, defaire la poule en morceaux. Pocher les boulettes dans le bouillon. Faire revenir les champignons dans une poêle avec un peu de beurre. Réaliser la sauce mode dorer (sans attendre la fin du préchauffage) Faire fondre le beurre y ajouter la farine cuire qqes minute verser 1l de bouillon, mélanger jusqu'à épaississement. Saler, poivrer, assaisonner avec le curry et le jus de citron. Rajouter les boulettes, les champignons et les morceaux de poule. Réchauffer qqes instants. Servir avec du riz!

COURGETTES-POMMES DE TERRE-SAINT NECTAIRE

RECETTE DE EMMANUELLE DAUCHEL
COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients

3 petites courgettes (450 gr)
1 pomme de terre (150 gr)
100 gr d'émincé de bacon
80 gr de Saint-Nectaire
30 gr de concentré de tomate
150 ml d'eau
1 échalote
2 gousses d'ail
1 càc d'épices Saté



Procédure:

Laver les courgettes, retirer les bouts, les couper en petits morceaux.

Eplucher la pomme de terre et la couper en petits cubes.

Eplucher l'échalote et l'émincer.

Eplucher l'ail, dégermer et couper en petits morceaux.

Détailler le fromages en petits cubes

Mélanger le concentré de tomate dans l'eau.

Mettre tous les ingrédients dans la cuve du Cookeo.

Cuisson 10 mn



Jambon persillé

proposée par <http://cpisko.over-blog.com>



Ingrédients

- 1 jarret de porc
- 1 pied de veau
- 1 oignon
- 1 carotte coupée en rondelles
- 3 échalotes
- 1 clou de girofle
- 10 grains de poivre
- 1 cas de gros sel
- 3 gousses d'ail hachées
- 1 bouquet de persil haché
- 1,5 litres d'eau

Mettre tous les ingrédients, sauf l'ail et le persil dans le Cookeo.

Ajouter l'eau et faire cuire 45 mn.

Au bout de ce temps, éteindre et désosser les viandes. Les remettre dans le Cookeo et refaire cuire 30 mn de plus.

Couper les viandes en dés et les déposer dans un saladier, ajouter l'ail et le persil. Bien mélanger.

Déposer les viandes dans une terrine. Filtrer le jus et en recouvrir les viandes. Laisser refroidir et mettre au réfrigérateur pour au moins 12h.

SAUCISSE DE MORTEAU AUX LENTILLES

RECETTE PROPOSÉE PAR

Ingrédients (4 personnes)

1 saucisse de Morteau
250 g de lentilles vertes
1 oignon
2 carottes
750 ml d'eau
1 bouquet garni
20 g de beurre
Sel
Poivre



Procédure:

Peler et émincer les oignons et couper les carottes en petits morceaux.
Mettre le beurre dans la cuve du Cookeo.
Sélectionner la fonction "dorer" et faire revenir l'oignon et les carottes pendant quelques minutes.
Arrêter de dorer.
Ajouter les lentilles, la Morteau, l'eau, le bouquet garni, saler, poivrer. Sélectionner le programme "cuisson rapide" pour 25 mn de cuisson.

Lardons et chèvre sur son fond d artichaut

Enza Brigitte Ludo

Ingrédients :

- fonds d artichauts congelés
- 300ml d eau
- lardons
- une tranche de chèvre

Faire cuire à la vapeur 10 mn les fonds d'artichauts congelés avec 300ml d eau dans la cuve

Ensuite mettre les lardons dégraissés avant au micro onde puis une tranche de chèvre par dessus.

Mettre dans le panier vapeur avec une feuille de papier sulfurisé

Mettre 2mn cuisson rapide

riz/chorizo/jambon/légumes

- 1 oignon
- 1 poivron coupé en dés
- 3 tomates coupées
- 1/2 chorizo
- 1 paquet de dés de jambon
- 150 g de riz
- 350 ml d'eau+ bouillon de poule
- sel/poivre/ail/cumin

Faire dorer l'oignon et le poivron.

Ajouter le reste des ingrédients.

Cuisson rapide 8 à 10 minutes.

www.cookeojbh.fr

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

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 boîte de petit pois,
1 beau poivron rouge,
la moitié 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 cookeo et en mode cuisson rapide
10 minutes

Mettre tous les ingrédients
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 !

Ravioles de cèpes

et son bouillon de légumes d'hiver

Cécilia Nitop



Ingrédients :

Pour 6 personnes

Ingrédients :

1L 1/2 Eau

1 Cube bouillon de légumes

3 càs de sauce soja

1 carotte

1 petit poireau

5-6 champignons de Paris

1 oignon

poivre, thym, laurier

1 barquette de ravioles de cèpes (ou tortellini au bœuf, seulement 2 càs de sauce soja dans ce cas)

Couper les légumes en fines rondelles. Les mettre dans la cuve du cookeo et recouvrir avec l'eau, le bouillon, la sauce soja ainsi que les herbes et les épices. Cuisson rapide pendant 7 min.

Juste avant de servir, plonger vos ravioles ou tortellini dans ce bouillon et de nouveau cuisson rapide (2 min si 5 min de temps de cuisson indiqué sur le paquet).

Cette entrée peut également être servie en plat pour 4 pers en conservant les mêmes proportions.

Très bon appétit!

Chair à saucisses aux légumes

Séverine Lobel



Ingédients :

4pers.

500 chair a saucisse,

10 pommes de terres,

2 courgettes,

une grosses boîte de tomate peelees,

1 oignon

un peu de paprika,

sel, poivre, kub or

Faire revenir la chair a
saucisses en mode dorée avec
les oignons

Ajouter les pomme de terre
coupées en 4, les courgettes en
rondelles et la boîte de tomates
peelees, ajouté un kub or dilué
dans de l'eau 200ml environ,
assaisonné et cuisson rapide
15mn, un delice!

Poulet basquaise à la Liloute

- 1 oignon/3 carottes
- 200 g de riz blanc long
- 1 poivron jaune, 1 poivron rouge
- 1 bouquet garni
- 1 boîte de tomates concassées
- ail en poudre / persil
- huile d'olive/sel/poivre
- 3 escalopes de poulet
- 210 ml d'eau /jus de citron

Mélanger les légumes coupés en morceaux (sauf la tomate concassée), avec l'ail, le persil, sel, poivre, bouquet garni, un peu d'huile d'olive. Couper la viande, la citronner et aromatiser.

Faire revenir les légumes, viande et tomates. Mettre l'eau, cuisson rapide 15 mins. Vider la cuve, laisser du jus, et les carottes, mettre le riz, couvrir d'eau, cuisson 9 mins.

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

POULET "FAUSSEMENT BASQUAISE" RECETTE DE JULIE DEWISME

COOKEO DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients pour 3/4 personnes:

2 oignons émincés
3 tranches de jambons cru coupées en lamelles
3 filets de poulet en lamelles,
4 belles tomates en quartiers
du paprika (dosé selon les goûts)
sel et poivre.
Ceux qui le veulent peuvent faire cuire le riz directement dedans (j'ai mis 200g)



Procédure:

commencer par faire dorer 2 oignons émincés avec 3 tranches de jambons cru coupées en lamelles

- on ajoute 3 filets de poulet en lamelles, 4 belles tomates en quartiers, du paprika (dosé selon les goûts), sel et poivre.
Ceux qui le veulent peuvent faire cuire le riz directement dedans (j'ai mis 200g)

Cuisson rapide 12 minutes

Risotto lardons champignon poireaux

Lydie Guindeuil

Ingédients :

Pour 4 personnes

- 300g de riz special risotto
- 1 petite boite de champignons de paris émincés
- 200g de lardons natures
- 1 litre de bouillon de volaille
- 200 g d'émincés de poireaux
- 1 oignon

Couper et émincer l'oignon.

En mode dorer, cuire les lardons, les champignons et les poireaux.

Laisser cuire quelques minutes.

Ajouter le riz et le bouillon.

Saler et poivrer.

Mélanger

Cuisson rapide 15 min.

Poule au blanc

Ingrédients pour 4 personnes :

1 poule de 1.2kg
1 kg de carottes
2 cube bouillon de volaille
Poivre
40 cl de crème fraîche épaisse
Riz basmati

Préparation :

Dans la cuve de votre Cookeo, mettre la poule, les cubes, les carottes coupées en gros tronçons, le poivre et 1 litre d'eau. Mettre en mode cuisson rapide pour 45 minutes.

Servir avec du riz mélangé à la crème fraîche.

Filter le bouillon pour faire une soupe au vermicelle

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



Photo Françoise Perilhou

Petits pots de crème au nutella

Sylvie Vuillemard

Ingrédients : pour 10 verrines

1 litre de lait à température
ambiante
100 g de sucre
2 oeufs
3 c à s de farine
3 c à s de nutella

Préparation :

Tout mélanger dans un saladier.

En mode "dorer" tout vider dans le cookeo, mélanger sans cesse
jusqu'à épaississement souhaité.

Mettre en verrine et placer quelques heures au frais.

ccb

Cookeo dans la joie et la bonne humeur

Pomme de terre corned beef

Frédérique le Roux



Ingédients :

pour 2 personnes

6 pommes de terre moyennes
1 boîte de corned beef
1 oignon
200cl de fond de veau
sel poivre

Faire revenir dans 1 cuillère d huile
pimentée l'oignon et les pommes de
terre puis ajouter le liquide le sel et
le poivre mettre en cuisson rapide
pendant 24 mn

Quand c est terminé rajouter le
corned beef coupé en morceaux
refermer et laisser 5 bonnes minutes
le boeuf va fondre doucement.

Accompagner d'une salade.
bon appétit.

BŒUF FAÇON CHINOISE

RECETTE DE MURIELLE VOITURON
COOKED DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients (3 personnes)

1 gros oignon émincé
600 gr bœuf en cube
Pousse de soja 270 gr égouttés
100 gr riz
1 poivron
100ml de sauce soja
200ml d'eau



Procédure:

Bien dorer les oignons ensuite ajouter le bœuf coupé en cube (j'avais un reste de fondue) laisser dorer un peu.

Ensuite ajouter germes de soja, laisser dorer en tournant régulièrement. Ajouter le poivron couper en petit morceaux, le riz, le liquide puis cuisson sous pression 10 mn. (possible pour 3 ou 2 bon mangeur)

Un délice, bon appétit



Pommes de terre farcies

Nathalie Vilmat

Ingrédients pour 5 personnes environ :

4 filets de poulet

5 grosses pommes de terre

40 cl de crème liquide

Coleslow maison ou en barquette

Huile d'olive

Cookeo dans la joie et la bonne humeur

Préparation :

1 heure à l'avance découper le poulet, le mettre dans un plat avec l'huile d'olive, le sel, le poivre et une point de poulet. Mettre au frais.

Faire cuire les pommes de terre avec 200 ml d'eau en cuisson rapide pendant 25 minutes. puis les réserver au chaud.

Mettre à dorer le poulet, ajouter la crème liquide et réserver dans un plat.

Couper les pommes de terre et creuser l'intérieur. Mettre une noisette de beurre à l'intérieur et saler.

Garnir l'intérieur avec le poulet, arroser de sauce et saupoudrer de sésame grillées et de queue d'oignon.

Servir avec du coleslow.

www.cookeojbh.fr

scb

ROTI DE PORC À LA MOUTARDE ET CHAMPIGNONS

RECETTE DE FLOFLO FS

COOKED DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients

- 1 kg de roti de porc
- 100 gr de carottes
- 100 gr d'oignons
- 200 gr de champignons de paris émincés
- 80 gr de lardons allumettes
- 4 petites pommes de terre entières
- 2 dl de vin blanc
- 1 dl de fond de veau
- 1 bonne cuil à soupe de moutarde
- 2 cs de crème fraîche pour la fin de cuisson



Procédure:

Faire dorer le roti sur toutes les faces avec les oignons puis les lardons.

Ajouter le vin blanc, le fond de veau et la moutarde.

Incorporez les carottes, les champignons, les pommes de terre.

Cuisson rapide 40 minutes et à la fin de la cuisson, ajouter la crème fraîche et la maizena.

Légumes light

Marie Thérèse Descoubes

Ingrédients :

1 botte de jeunes carottes
2 endives ou 2 poireaux
2 oignons
1 cube aux fines herbes

Préparation :

Eplucher les carottes et les couper en rondelles.

Couper les endives (ou les poireaux) et l'oignon en fines lamelles.

Tout mettre dans la cuve et recouvrir d'eau.
Ajouter le cube fines herbes.

Cuire sous pression 10 min.

Passer en mode "dorer" pour faire la sauce.



Filet mignon à la bière brune

Mes Sucres D'orges

Ingrédients :

500 g de filet mignon de porc
400 g de pommes de terre
400g de carottes
100 g d'oignon
2 c à c de persil haché
1 cube de bouillon dégraissé
1 brin de thym
1 feuille de laurier
25 cl de bière brune
1 c à c de maïzena
Sel, poivre

Préparation :

Couper la viande en 8 morceaux.

Eplucher et laver les pommes de terre et les carottes et les couper en morceaux.

Eplucher et émincer l'oignon.

En mode "dorer" mettre l'huile dans la cuve puis faire revenir la viande sur toutes les faces 5 min.

Réserver la viande et mettre les oignons dans la cuve, les faire fondre 5 min.

Remettre la viande, ajouter les carottes et les pommes de terre, saler et poivrer.

Cuisson rapide 15 min.

En fin de cuisson prélever un peu de jus, mélanger la maïzena puis verser dans la cuve. Bien remuer et mettre en mode "dorer" le temps de lier la sauce.



Pommes de terres sautées / rissolées

proposée par Annabelle Desprez



Ingrédients

Des pommes de terres
coupées en petit dés / cubes /
morceaux (ou congelés)

Mode manuel > fonction dorer

(couvercle ouvert tout le temps de la cuisson)

j'ai coupé les pommes de
terre en cube, une càc
d'huile et hop en mode
dorer pendant 15 min à
peu près en remuant de
temps en temps

Filet de julienne et brunoise de légumes



Ingédients :

Pour 2 personnes
2 filets de julienne ou lieu noir
2 carottes
1 beau poireau
1 échalotte
1/2 cubon bouillon de légumes
1/4 verre de vin blanc
sel, poivre, curry
1 cs crème fraîche.

En mode dorer,
faire revenir échalotte et légumes
coupés en brunoise (petits dés)
pendant 3 minutes

puis ajouter un peu d'eau avec cube
emietté et mettre en mode cuisson
rapide pendant 3 min.

Ajouter vos filets de poisson, le vin
blanc, le curry.

Saler, poivrer et c'est parti pour 5 min
de cuisson rapide.

Réserver le poisson et lier la sauce avec
1 cc de maizena + 1cs de crème fraîche.

Bon appétit!

Terrine de Saumon et Courgette

www.cookeojbh.fr



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 :)

www.cookeojbh.fr

Langue de boeuf à la sauce piquante

Marie Françoise Patricia

Ingrédients :

COURT BOUILLON :

- Une Langue de boeuf (moi 1 demi)
- 3 carottes coupées en tronçons
- 2 pts oignons entiers
- 1 marmite "bouquet garni " de Knorr
- 1 verre de vin blanc
- 1/2 verre de vinaigre (celui que vous avez ds votre cuisine)
- Sel , poivre ,selon le goût de chacun.

SAUCE :

- 2/3 de bouillon
- 1 morceau de beurre
- 1 toute petite boîte de concentré de tomate
- 4 ou 5 cornichons coupés en rondelles
- 1 grosse C à S de farine

Mettre la langue avec tous les ingrédients pour une cuisson en mode SOUS PRESSION pendant 40 mn . Sortir la langue ,la laisser tiédir et enlever la peau rugueuse , mettre le bouillon ds un récipient . Remettre la cuve à sa place , en mode DORER faire fondre le beurre , mettre la farine ,remuer ,et ajouter doucement le bouillon avec ou sans les carottes (que j'ai recoupé en petits dés) et le concentré de tomate , laisser reprendre l'ébullition ,mettre les cornichons coupés en rondelles ,puis , 3 mn en mode SOUS PRESSION.
Remuer c'est PRET

A la fin ,ajouter les tranches de langue .

Calamars à la provençale

Ingrid Loterie



Ingrédients :

Pour 4 personnes

500 gr de calamar frais
découpé en cube

1 petite brique de purée de tomate

2 tomates en morceaux

1 poivron vert émincé

2 carottes en rondelles

1 oignon émincé

1 gousse d'ail

150 gr de champignons de Paris en
morceaux

2 branches de Thym

4 feuilles de laurier

2 pincées de piment d'espelette

Faire revenir les légumes dans un peu
de beurre en mode dorer.

Ajouter le calamar, les condiments et
les épices

Cuire en fonction rapide 3 minutes.

FILETS DE COLIN RIZ POIREAUX

RECETTE DE

CUISSON DANS LA CUIRE ET LA CUIRE HUMIDE

Ingédients 4 personnes :

550 gr de riz
4 filet de poisson colin surgelé
150 gr de poireau rondelle surgelé
1 gousse d'ail
100 gr oignon surgelé
780 ml d'eau
1 cœur de fond veau maggi
une bonne moitié du pot boursin ail fines
herbes cuisine
sel
poivre
persil en boîte
un peu d'huile d'olive



Procédure:

En mode dorer pendant le préchauffage, j'ai mis l'huile, l'oignon, et l'ail, persil, sel, poivre, remuez.

Ajoutez le poireau laisser revenir un peu et ajoutez le riz et remuez.

Ensuite je suis passé en mode cuisson rapide 8 mn et j'ai ajoutez l'eau

(sa recouvre bien le riz).

le cœur de fond de veau, le boursin et j'ai bien remuez.

Et j'ai mis le colin au dessus et hop c'est partie la cuisson

Saint jacques et fondu de poireaux

cookeo

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 2 grosses carottes
- 1 gros poireau
- 8/10 noix de st jacques
- 1 petite brique de crème fraîche liquide
- 1 échalote

- couper le poireau et les carottes en lamelle très fines
- cuire dans le panier vapeur pendant 6min
- faire revenir une échalote en mode dorer et incorporer les légumes
- ajouter les noix et la crème et faire cuire 3 min en cuisson rapide.
- servir avec du riz blanc

Patates à l'ail

Des pommes de terre (selon
l'appétit)
2 gousses d'ail
Beurre
huile d'olive
100 ml d'eau
Sel poivre

Eplucher les pommes de terre et les
couper en morceaux (frites, sautées).
Eplucher les gousses d'ail et les
écraser.

En mode dorer mettre les pommes de
terre coupées, l'ail, le beurre et l'huile
pendant environ 10 mn.

Rajouter l'eau et passer en cuisson rapide
5 mn. Saler poivrer.

FILETS DE COLIN RIZ POIREAUX

RECETTE DE
COOKEOYNUS LA CUISSE ELECTRONIQUE NUMERIQUE

Ingrédients 4 personnes :

550 gr de riz
4 filet de poisson colin surgelé
150 gr de poireau rondelle surgelé
1 gousse d'ail
100 gr oignon surgelé
780 ml d'eau
1 cœur de fond veau maggi
une bonne moitié du pot boursin ail fines
herbes cuisine
sel
poivre
persil en boîte
un peu d'huile d'olive



Procédure:

En mode dorer pendant le préchauffage, j'ai mis l'huile, l'oignon, et l'ail, persil, sel, poivre, remuez. Ajoutez le poireau laisser revenir un peu et ajoutez le riz et remuez. Ensuite je suis passé en mode cuisson rapide 8 mn et j'ai ajouté l'eau (sa recouvre bien le riz), le cœur de fond de veau, le boursin et j'ai bien remuez. Et j'ai mis le colin au dessus et hop c'est partie la cuisson

Choucroute de la mer épicée

Corinne Croisille



Ingrédients :

pour 4 personnes :

**500g de cocktail de la mer
surgelé
500g de choucroute crue
2 pavés de haddock
2 pavés de cabillaud
2 cuillères à soupe d'huile
d'olive
150 ml de vin blanc
cumin
curry
piment**

**Mettre le cookeo en mode manuel et dorer.
Mettre l'huile d'olive.
Coupez le poisson en gros morceaux.
Faites dorer les poissons et les fruits de mer.
Ajoutez le chou, le vin blanc et les épices.
Mettre en cuisson rapide 10 minutes.**



Riz au lait

Elodie Bazoge

Ingrédients :

500 ml de lait

90 g de riz rond

75 g de sucre

10 cl de crème liquide

1 gousse de vanille

Préparation :

Rincer le riz.

Dans la cuve du cookeo , mettre le riz , le sucre, la gousse de vanille fendu en deux et en enlevant les grains et le lait.

Programmer 14 minutes en mode cuisson rapide ou sous pression .

A la sonnerie, ajouter la crème liquide et mélanger.

Eteindre le cookeo et fermer le couvercle. Laisser 5 minutes.

Mettre en pot ou verrine . Laisser refroidir et mettre au frais .

Pâtes à la saint Jacques

Karima Ouhkam

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 2 oignons
- 1 gousse d ail
- poivre sel curcuma (facultatif pour la couleur)
- 400g de saint Jacques (un paquet de saint Jacques congelé)
- 350g de tagliatelle fraîche
- 40cl de creme fraîche
- 1 cas d huile d olive.

Mettre les oignons couper en petit morceaux, ail, huile d olive, sel, poivre, curcuma (1cac), saint Jacques (directement du congelé) en mode doré

Ajouter les tagliatelle et laisser finir le mode doré. A la fin ajouter la creme fraîche et 150ml d eau puis cuisson rapide 5min.

Endives à la bière

Martine Vasseur

4 à 6 endives
100 g de lardons
10 à 15 cl de bière
1 oignon
1 cuillerée à soupe de cassonnade

Couper les endives en 2 dans le sens de la longueur et recouper dans l'autre sens.

Faire revenir les lardons et l'oignon émincé en mode dorer.

Rajouter les endives, la cassonnade puis la bière. Mélanger et mettre en cuisson rapide 7 min.

ratatouille provençale WW

Pour 6 pers.

- 2 oignons/2 gousses d'ail
- 1 aubergine
- 1 courgette
- 2 poivrons
- 1 boîte de tomates concassées
- 1 ½ cube légumes
- Thym, romarin, pesto, sel, poivre

Tout mettre dans la cuve.

Cuisson rapide 8 minutes.

www.cookeojbh.fr

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

Encornés & pommes de terre



Ingrédients :

4 personnes

500 gr d'encornets
1kg de pommes de terre
coupées en petits cubes
1 oignons
2 gousses d'ail
1 petite boîte de tomate pelées
herbes de provences
sel, poivre
500 ml d'eau
2 c à s de Maïzena
1 cuillère à soupe d'huile
d'olive

Mettre en fonction dorer, émincer l'oignon et le mettre dans le Cookeo avec l'huile.

Couper l'encornet en anneaux avec un ciseaux. mettre le reste des ingrédients dans le Cookeo et passer en cuisson rapide 20 minutes.

après cuisson, remettre en fonction dorer

Délayer la maïzena dans une demi verre d'eau, l'ajouter à la recette pour épaissir la sauce.



Pâtes à la carbonara

Amandin Ette

Ingrédients :
pour 4 personnes

1 oignon
300 g de lardons fumés
2 jaunes d'oeufs
25 cl de crème fraîche
350 ml d'eau
300 g de pâtes crues
sel, poivre

Préparation :

En mode "dorer" faire revenir l'oignon émincé dans un peu d'huile.

Ajouter les lardons, les jaunes d'oeufs battus avec les 25 cl de crème fraîche.

Ajouter 350 ml d'eau et les pâtes. Poivrer, saler et mélanger.

Mettre en mode "tortellini au jambon".

A la fin de la cuisson ajouter 60 g de parmesan.



Poêlée de spaghettis, chorizo, carottes, champignons, tomates, crème

Ingrédients pour 2 personnes :

Spaghettis
50 g de chorizo
1/2 tomate
2 carottes moyennes
1 oignon
10 cl de fond de veau
10 cl de crème liquide
sel, poivre
1 noix de beurre

Préparation :

Cuire les spaghettis (si cuisson au cookeo couvrir les pâtes d'eau et cuisson rapide moitié du temps indiqué sur le paquet).

Tailler en morceaux le chorizo, les carottes, la demie tomate, les champignons et l'oignon.

En mode "dorer" faire revenir tous les légumes dans un peu de beurre 1 ou 2 min.

Ajouter le chorizo et le fond de veau. Lancer une cuisson rapide de 4 min.

A la fin de la cuisson ajouter un peu de crème liquide et les spaghettis.

Chou chinois aux st Jacques

Melanie Del



Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 1 chou chinois émincé
- 300g de carottes coupées finement en rondelles
- 15 noix de st Jacques
- 1 marmite de bouillon légumes
- Sel

Faire cuire les carottes en mode ingrédients carottes en rondelles 06min.

En mode dorer, je colore les noix avec un peu de matière grasse, j'ajoute les carottes puis le chou que j'ai fait blanchir dans une casserole à part (Histoire de gagner du temps et d'avoir un peu d'eau).

Je mélange bien puis j'ajoute la marmite, voilà le tour est joué.
Bon appétit.

Chakchouka à la tunisienne

Samia Mezriche

Ingrédients :

1 ou 2 oignons
1 poivron rouge
1 poivron vert
1 gousse d'ail
2 tomates
2 cà s d'huile d'olive
1 c à c de piment doux (ou fort)
1 c à c de carvi
4 oeufs

Préparation :

Nettoyer et couper tous les légumes en morceaux.

Les faire dorer avec l'huile d'olive.

Ajouter les épices, le sel et le poivre et mettre en cuisson rapide 5 min.

Casser les oeufs sur le dessus, refermer et mettre en cuisson rapide 1 min.

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

PANIER AUX NOIX DE SAINT-JACQUES, CRABE, CREVETTES ET SA SAUCE

RECETTE D'EMMANUELLE DAUCHEL

COOKED DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients (2 personnes)

Temps de préparation : 40 mn

Temps de cuisson : 30 mn.

- 4 noix de saint-jacques
- 4 crevette roses
- 1 belle pince de crabe (surgelée pour moi) environ 30 gr de chair ou en conserve.
- 70 gr de champignons de Paris surgelés
- 1 pâte feuilletée (du commerce pour moi)
- 1 échalote
- 100 ml de vin blanc sec
- 1 càc de fumet de poisson
- 40 gr de crème liquide
- 2 càc d'huile d'olive
- sel, poivre et persil frais
- lait pour "coller" la pâte feuilletée
- graines de pavot.

Procédure

Décortiquer les crevettes, garder les têtes.

Dégeler la pince de crabe et en prélever la chair.

Dégeler les champignons.

Éplucher et émincer l'échalote.

Chauffer le four à 200°.

Dérouler la pâte feuilletée et à l'aide de 2 emporte pièces de tailles différentes, faire 8 empreintes : 2 pleines et 6 creuses (voir les 2 premières photos en bas de la publication).

À l'aide d'un pinceau, passer du lait sur les empreintes pleines et poser par 3 fois en les superposant, les empreintes creuses en les faisant adhérer avec du lait. (3ème photo)
Parsemer de graines de pavot.

Enfourner pour 15 mn, en surveillant. Si la partie pleine gonfle, l'écraser à l'aide d'une petite cuillère.

Sortir les panier du four (4 ème photo)

Faire revenir l'échalote avec 1 càc d'huile d'olive, les têtes de crevettes en les écrasant, le vin blanc, le fumet de poisson. Au bout d'environ 4 mn ajouter la crème, mélanger, ôter du feu et passer le mélange dans un chinois. Récupérer le jus et réserver.

En même temps chauffer la 2 ème càc d'huile dans une autre poêle et y faire dorer les champignons, ajouter les crevettes, la chair de crabe et les noix de Saint-Jacques et faire dorer environ 1 mn 30.

Chauffer le four à 160°.

Disposer les ingrédients dans les paniers, arroser avec la sauce et chauffer au four environ 10 mn. Décorer avec le persil et servir aussitôt.

Poulet et pommes de terre au cidre

4 cuisses de poulet
400 g de pommes de terre entières
400 g de pommes pelées et coupées en 4
3 échalotes émincées
60 cl de cidre brut
4 cà c de beurre
Herbes de provence
Persil
Sel et poivre

Cookeo dans la joie et la bonne humeur

Mettre le cookeo en mode "Dorer".
Mettre le beurre dans la cuve et faire revenir les cuisses de poulet quelques minutes.
Réserver.
Faire revenir les pommes puis les échalotes.
Arrêter le mode "Dorer".
Verser dans la cuve le cidre et tous les autres ingrédients sauf le persil.
Mélanger.
Déposer les cuisses de poulet par dessus.
Mettre le cookeo en cuisson sous pression (rapide) 20 min.
Servir saupoudré de persil.



Poêlée de pommes de terre, lardons et petits pois

Ingrédients pour 2 personnes :

300 g de petites pommes de terre

200 g de petits pois surgelés

50 à 100 g de lardons fumés

10 cl de fond de veau

Un peu de crème fraîche

sel poivre

Préparation :

Couper les pommes de terre en grosses tranches en conservant la peau.

En mode "dorer" faire revenir dans un peu de beurre, les pommes de terre, les petits pois et les lardons.

Ajouter le fond de veau et cuire sous pression (ou rapide) 6 min.

A la fin de la cuisson ajouter un peu de crème fraîche (facultatif).

Saler, poivrer.

esb

Aïoli provençal de Sandrine

Sandrine Pellot

Ingédients :

Pour 4 personnes :

- 4 pommes de terre entières pelées
- 4 carottes entières pelées
- 2 poignées d'haricots verts frais
- 2 blancs de poireaux
- 4 pavés de morue dessalée
- huile d'olive
- 2 feuilles de laurier
- 4/5 clous de girofle

Mettre dans le panier vapeur tous les légumes, puis déposer dessus les pavés de morue dessalée. Arroser le tout d'un filet d'huile d'olive.

Dans la cuve, 200 ml d'eau + les 2 feuilles de laurier et les clous de girofle. Lancer en cuisson rapide une vingtaine de minutes.

À accompagner bien sur d'une sauce aioli faite maison ou en pot déjà prête (mais c'est meilleur maison) et quelques œufs durs

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

cookeo



Photo Koralie LM

Tomates farcies

Coralie Cuisine

Ingrédients pour 4 personnes :

Chair à saucisse ou farce à légumes
300 de riz
1 oignon
1 boîte de tomates pelées
sel, poivre
1 kub or
herbes de provence

Cookeo dans la joie et la bonne humeur

Préparation :

Mettre à dorer l'oignon et la viande coupés en petits morceaux.
Une fois cuits réserver la moitié de la préparation dans un saladier à part.

Vider les tomates.

Ecraser la chair de la tomate avec la moitié de la préparation de viande oignon du saladier.

Enfin dans la cuve ajouter le riz, le kub or émiétté, sel, poivre, les herbes de provence et la boîte de tomates pelées.

Remplir d'eau jusqu'au dessus du riz.

Farcir les tomates avec la préparation du saladier.

Cuisson rapide (sous pression) 9 min.



Risotto tomate poulet

Jessica Remacle Tchérépachin

Ingrédients pour 2 personnes environ :

250 g de risotto arborio
1 filet de poitrine de poulet (+ ou - 250 gr)
1 oignon émincé
1 boîte de champignons émincés
1 verre de vin blanc
600 ml d'eau
1 cube de bouillon de poulet
1 brique de coulis de tomate
Parmesan

Préparation :

En mode "dorer" faire revenir l'oignon, les filets de poulet coupés en lamelles.

Assaisonner.

Ajouter le riz et mélanger. Ajouter l'eau, le cube de bouillon, le vin, le coulis de tomate. Bien mélanger.

Mettre en cuisson rapide (sous pression) 15 min.

Remuez, ajouter du parmesan et laisser reposer quelques minutes avant de servir

Queue de lotte à la vanille

www.cookeojbh.fr

Cette recette a
été réalisée
avec le
Cookeo de
Moulinex.



Ingrédients :

- ✓ 1 queue de lotte coupé en dé
- 2 échalotes
- 1 petite bouteille de vin blanc
- 20cl de crème liquide
- 1 gousse de vanille
- 1/2 cub'or

Procédure :

Mettre le cookeo en mode dorer, dès le début du préchauffage mettre le beurre, quand il est fondu mettre les morceaux de lotte à dorer légèrement, les retirer et les réserver au chaud dans une assiette recouverte d'un papier alu. Ensuite sans nettoyer la cuve et en laissant sur le mode dorer mettre les échalotes hachées et les faire revenir quelque instant, rajouter la gousse de vanille fendu en deux et déglacer au vin blanc. Rajouter le demi cub'or et la crème. Quand ça bout couper le mode dorer, remettre la lotte dans la sauce et mettre en cuisson rapide pour 3min.

www.cookeojbh.fr

Cassolettes fruits de mer, pavé de cabillaud/riz basmati

Ingrédients :

500 g de riz
1 c à c de fumet de poisson
1 sachet de fruits de mer
2 pavés de cabillaud
1 brique de crème
beurre
sel / poivre
curcuma
farine
lait

Préparation :

Faire suer les fruits de mer dans le beurre, les retirer.
Remettre du beurre et faire un roux avec de la farine, rajouter du lait, cuire 3 min.
Ajouter tout le reste sauf le riz, laisser cuire 5 min.
Mettre le riz et 500 ml d'eau, le fumet de poisson.
Cuisson rapide 6 min.

Dos de cabillaud

Ingrédients :

600 gr de dos de cabillaud
1 oignon
2 gousses d'ail
20 cl de coulis de tomate
1 carotte émincée en mirepoix
2 c à c de fumet de poisson
20 cl de vin blanc
20 cl d'eau
safran
sel, poivre
herbes de provence
4 c à c de câpres

Préparation :

En mode "dorer" faire revenir l'oignon et la carotte émincés et l'ail écrasé.

Ajouter les liquides, le fumet de poisson, les épices et les câpres. Laisser réduire 2/3 min.

Déposer le dos de cabillaud coupé en 3 parts et mettre en cuisson rapide 7 à 8 min.



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 :)

Filets de saumon et pomme de terre

Tit Bouddha

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 4 filets de saumon surgelés
- une noisette de beurre
- mélange de persil, ail, oignon, échalote,
- une pincée de muscade,
- une pincée de basilic
- une pincée de gros sel,
- du poivre
- 3 cuillère à soupe de jus de citron
- 400 ml de court bouillon aux légumes pour poissons et crustacés
- 500 grs de pomme de terre

Cuire les 500 grs de pomme de terre à la vapeur pendant 14 mins, retirer et réserver les pommes de terre pour commencer la cuisson du poisson en mode dorer et pendant le temps de préchauffage : mettre une noisette de beurre, un mélange de persil, ail, oignon, échalote, une pincée de muscade, une pincée de basilic (pots à épices), une pincée de gros sel, du poivre, mélanger puis ajouter les filet de saumon encore surgelé les faire revenir en allé/retour, puis 3 cuillères à soupe de jus de citron. Puis ajouter 400 ml de court bouillon aux légumes pour poissons et crustacés. Arrêter le mode dorer et passez en cuisson rapide 4 mins.

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

cookeo



Tajine de poulet et merguez

Caroline Lafarge

Ingrédients : pour 3 personnes

3 hauts de cuisses de poulet
3 merguez (coupées en 3)
2 pommes de terre (coupées en 2)
2 courgettes (en gros tronçons)
3 carottes (en rondelles épaisses)
1 oignon
1 sachet d'épices à tajine ducros
1 cub'or
1 boîte moyenne de dés de tomates
2 verres d'eau

Préparation :

En mode dorer faire revenir le poulet et l'oignon.

Ajouter le reste des ingrédients.

Mélanger.

Mettre en cuisson rapide 15 min.

Servir avec de la semoule (cuite à part

adob



Rouelle de porc aux pommes de terre

Emmanuelle Dauchet

Ingrédients (5/6 personnes) :

1 rouelle de porc avec os (1 kg 600)
2 tranches de poitrine de porc fumée (90 g)
250 g de champignons de Paris
2 carottes (130 g)
1 oignon rouge
2 échalions ou 2 oignons blancs
1 kg de pommes de terre à chair ferme
2 tomates mûres (200 g)
1 cube de bouillon pot au feu
1 c à s de fond de veau
100 ml de vin blanc sec
1 c à s de maïzena
2 c à s d'huile d'olive
250 ml d'eau
thym, sel et poivre

Préparation :

Verser l'huile dans la cuve, saler et poivrer la rouelle et la faire revenir sur les 2 faces pendant environ 8 min.

Couper les pieds des champignons, les laver et les couper en lamelles.

Eplucher et émincer grossièrement les échalions et l'oignon.

Eplucher les carottes et les couper en rondelles.

Enlever la couenne de la poitrine fumée et couper en morceaux.

Laver et couper les tomates en morceaux.

Ajouter dans la cuve, les champignons, les échalions, l'oignon, les tomates, la poitrine fumée et les carottes en faisant en sorte qu'il y ait des ingrédients dessus et dessous la rouelle.

Verser l'eau, ajouter le cube de bouillon, rectifier l'assaisonnement et mettre en cuisson rapide (sous pression) 30 min.

Pendant ce temps éplucher les pommes de terre et les couper de façon à ce qu'elles aient toutes la même taille.

A la fin de la cuisson prélever un peu de jus et y mélanger le vin blanc, la maïzena et le fond de veau. Verser le mélange dans la cuve, déposer les pommes de terre dessus et remettre 30 min en cuisson rapide.

www.cookeojbh.fr

Echine de porc à la sauce aurore

Jennifer Lefevre

4 échine de porc
4 carottes coupées en rondelles
1 boîte de champignons
1 petit pot de crème 3 %
1 boîte de concentré de tomate
200 ml d'eau
2 marmite de bouillon

Tout mettre dans la cuve.
Mettre en cuisson rapide (sous pression) 15 mn.
A la fin de la cuisson si la sauce vous paraît trop liquide mettez un peu de sauceline

Cookeo dans la joie et la bonne humeur

quinoa carottes/colin express

Pour 2 pers.

- 2 pavés de colin surgelés
- 1 botte de carottes fanes
- 1 cube de bouillon de légumes
- environ 500ml d'eau
- 1 oignon
- environ 200g de quinoa

Mettre 500ml d'eau et le cube de bouillon dans la cuve, fonction "dorer" pour que le cube se dissolve, ajouter les carottes épluchées, lavées et coupées en petits morceaux, l'oignon pelé et coupé en petits morceaux; ajouter le quinoa et les 2 pavés de colin; mettre en cuisson rapide environ 13minutes, voire moins.

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

cookeo



Aubergines et pommes de terre au vin blanc

Andrée Araes Bourhy

Ingrédients :

4 petites aubergines
4 grosses pommes de terre
1 oignon émincé
3 gousses d'ail
Thym
1 verre de vin blanc sec
2 c à s d'huile d'olive
Sel poivre

Préparation :

Peler les pommes de terre et les couper en morceaux.
En mode dorer faire revenir les morceaux de pomme terre dans un peu d'huile d'olive. Pendant ce temps couper les aubergines en morceaux et écraser les gousses d'ail.
Enlever les pommes de terres et mettre les aubergines l'oignon et les gousses d'ail. au bout de 5 min rajouter les pommes de terre, le vin, le sel, le poivre et le thym émietté.
Fermer le cookeo et mettre en cuisson rapide 6 mn.



Photo Au RØre

Potée à l'ancienne

Recette de cookeo

Ingrédients :

- 1 petit chou frisé
- 6 pommes de terre
- 4 carottes
- 1 oignon piqué d'un clou de girofle
- 1 bon morceau de lard ou échine de porc fumé
- 1 saucisse de Morteau
- 1 feuille de laurier
- 400 ml d'eau

Préparation :

Blanchir le chou feuille par feuille pendant 2 min en mode "dorer".

Remettre le chou, l'oignon piqué du clou de girofle, les viandes puis verser l'eau.

Cuisson rapide 15 min.

Une fois terminé, ajouter les carottes et les pommes de terre coupés en morceaux. Selon la taille cuire pendant 7 min.

csb

Cookeo dans la joie et la bonne humeur



Photo Aurélie Morin

Pain de thon

Sophie Pepette

Ingrédients :

2 petites boîtes de thon
5 oeufs
5 c à s de crème (fraîche liquide ou épaisse
peu importe)
200 g de gruyère râpé
2 c à s ce concentré de tomate
Sel, poivre
Persil
Piment

Préparation :

Bien mélanger le tout et le mettre dans le moule (petite casserole sans manche recouverte d'un film étirable).

Cuisson rapide (sous pression) 25 min avec 200 ml d'eau dans la cuve.

Laisser reposer 1/4 d'heure après cuisson, couvercle du cookeo ouvert.

A déguster froid avec mayo ou coulis de tomate.

ceb



Potée à ma façon

Andrée Araes Bourhy

Ingrédients :

- 1 cœur de chou vert
- 1 carotte par personne
- 1 navet par personne
- blanc de poireaux (au choix)
- 1 oignon piqué de clous de girofle
- 1 bouquet garni
- 1 palette fumée
- Des saucisses fumées
- 1 pomme de terre par personne

Préparation :

Peler les carottes, les navets et l'oignon.

Laver tous les légumes.

Mettre la palette fumée dans la cuve, rajouter les carottes, les navets, l'oignon piqué de clous de girofle, les poireaux (je les ficelle pour qu'ils ne s'effilochent pas pendant la cuisson) et le bouquet garni.

Couvrir d'eau.

Mettre en cuisson rapide 40 min.

Rajouter alors les pommes de terre pelées et les saucisses fumées.

Remettre en cuisson rapide 8 min (suivant la grosseur des pommes de terre).

Eviter de saler parce que la palette rend du sel.



Photo de Wendy Granjon

Courgettes, viande hachée et tomates

La cuisine de Nany

Ingrédients :

1 kilo de courgettes
1 petite boîte de tomates au jus
1 cube de Kubor
400 ou 500 g de viande hachée
1 oignon
Sel, poivre

Préparation :

En mode "Dorer" faites revenir l'oignon et la viande, pas longtemps, juste le temps du "préchauffage".

Stoppez le mode "Dorer" puis ajoutez les courgettes coupées en rondelles et le reste des ingrédients.

En mode "Cuisson rapide" programmez 5 min.

adob



Filets de poulet aux pommes de terre et aux légumes

Emmanuelle Dauchet

Ingrédients : (pour 3 personnes environ)

380 gr de pommes de terre
200 gr de haricots verts frais ou surgelés
1/2 poivron rouge
130 g de champignons de paris frais ou surgelés
250 gr de coulis de tomates
1 échalote
2 ou 3 filets de poulet
sel poivre

Préparation :

Equeuter les haricots verts et les rincer.
Verser 200 ml d'eau dans la cuve et mettre les haricots verts dans le panier vapeur. Cuire 9 min en cuisson rapide ou sous pression.
Les égoutter, vider et rincer la cuve.
Eplucher les pommes de terre et les couper en grosses rondelles.
Couper le pied des champignons et les couper en lamelles.
Laver et épépiner le poivron et le couper en morceaux.
Eplucher l'échalote et l'émincer.
Découper les filets de poulet en morceaux.
Mettre tous les ingrédients dans la cuve et cuire sous pression 5 min.



Chou et saucisson à cuire

Ma Vie

Ingrédients :

1 chou blanc
2 carottes
2 pommes de terre
1 navet
1/2 poireaux
poivre
100 g de lardons fumés
1 l d'eau
1 bouillon cube
1 saucisson à cuire

Préparation :

Couper le chou en morceaux et le faire réduire avec un peu de margarine en mode dorer.

Ajouter le bouillon chaud (eau + cube) les légumes nettoyés et coupés en morceaux. Saler (pas de sel car le saucisson est déjà salé). Ajouter le saucisson et les lardons.

Mettre en cuisson rapide 20 mn.



Poulet basquaise

Idées recettes cookeo

Préparation : pour 4 personnes

4 cuisses de poulet
2 poivrons rouges
2 poivrons verts
2 oignons
1 boîte de tomates entières ou concassées
Des lardons
De l'ail écrasé
Herbes de provence ou bouquet garni
1 verre de vin blanc
fond de veau
sel/poivre/1 cà s d'huile
200 ml d'eau

Préparation :

En mode dorer, mettre l'huile dans la cuve et faire revenir les oignons, les lardons et les poivrons (coupés en lamelles) environ 10 min.

Réserver le tout dans un assiette et faire revenir les cuisses de poulet pendant environ 5 min.

Ajouter le contenu de l'assiette, l'ail, les herbes de provence, le vin blanc, le fond de veau ou un cube, les tomates, l'eau et saler et poivrer. Remuer.

Cuisson rapide 15 min pour des cuisses ou 10 pour des blancs.

Servir avec du riz blanc.

Boeuf bourguignon

Clickncook.fr

Ingrédients : pour 2 personnes

600 gr de boeuf (j'ai trouvé que ça faisait beaucoup)
230 g de champignons (une petite boîte)
400 g de pommes de terre
400 g de carottes
5 tranches de bacon (ou 50 g de lardons)
250 ml de vin rouge
1 c à s d'huile d'olive
150 ml de fond de veau
1 bouquet garni
1 oignon
Sel, poivre du moulin

Préparation :

Eplucher les pommes de terre, les carottes puis coupez les en morceaux.

Couper le boeuf en morceaux de 25 g environ.

Eplucher l'oignon et l'émincer.

Choisir dans le menu la section "recettes" puis "bourguignon".

Suivre ensuite les instructions : verser l'huile, le boeuf et les oignons dans la cuve puis faire dorer quelques minutes.

Appuyer sur "ok".

Mettre tous les autres ingrédients dans la cuve, fermer l'appareil et le verrouiller.

En fin de cuisson l'appareil passe en mode "maintient au chaud".



Photo Sandra Maguin

Pommes de terre sauce cheddar

Ingrédients :

6 pommes de terre
6 tranches de jambon cru
4 tranches de cheddar fondu
(fromage à hamburger)
1 oignon
Crème fraîche
Huile d'olive
Sel, poivre

Préparation :

Peler et couper les pommes de terre et l'oignon.
Couper le jambon en lanières.
Mettre l'oignon à dorer avec l'huile.
Ajouter tous les ingrédients.
Cuisson rapide 15 min.

ccb



Photo Au Røre

Riz cantonnais

Au Røre

Ingrédients :

1 oignon
Crevettes décortiquées
Petits pois
Riz thaï
Jambon fumé
1 oeuf (cuit en omelette)
eau
Bouillon cube de veau

Préparation :

En mode "dorer" faire revenir l'oignon émincé, les crevettes, les petits pois et le riz.

Recouvrir d'eau et du bouillon cube.

Cuire sous pression 6 min.

Mélanger puis ajouter le jambon et l'omelette coupés en dés.

ccb

Cookeo dans la joie et la bonne humeur



Photo Emmanuelle Dauchel

Sauté de poulet aux légumes façon blanquette

Emmanuelle Dauchel

Ingrédients pour 3/4 personnes :

460 gr de sauté de poulet
250 gr de champignons de Paris
surgelés (par moi)
6 oignons grelot (60 gr)
6 carottes (200 gr)
110 gr de petits pois surgelés
100 gr de crème épaisse à 7%
10 gr + 5 gr de maïzena
100 ml de vin blanc sec (ou 100 ml
d'eau)
200 ml d'eau
1 cube de bouillon de volaille
dégraissé
1 filet de citron
sel et poivre.

Préparation :

Eplucher les oignons, les émincer. Eplucher les carottes, les couper en rondelles.

En mode dorer (ou mijoter), verser les carottes, les oignons, les champignons, les petits pois et le cube de bouillon de volaille en morceaux, sel et poivre. Cuire pendant environ 2 mn.

Verser 10 gr de maïzena dans un sac congélation, y ajouter le sauté de poulet et secouer pour bien l'enduire de maïzena, l'ajouter dans la cuve. Ajouter le vin blanc et l'eau, sel et poivre et programmer 10 mn cuisson sous pression (cuisson rapide).

Enlever les ingrédients de la cuve sauf le jus, prélever 1 louche de jus, y ajouter 5 gr de maïzena bien mélanger, reverser dans la cuve, mélanger, remettre les ingrédients, ajouter 1 filet de jus de citron, la crème épaisse et laisser le Cookéo en mode mijoter pendant environ 5 mn pour que la sauce épaississe.



Photo Cindy Duboc

Gâteau de Cindy

Cindy Duboc

Ingrédients :

2 oeufs
100g de sucre
100g de farine
2 yaourts nature
50g de beurre
1 plaquette de chocolat au lait
(ou autre selon vos envies)
1 sachet de levure
200 ml d'eau (cuisson)

Cookeo dans la joie et la bonne humeur

Préparation :

Mélanger dans un saladier les 2 oeufs, le sucre, la farine et la levure. Bien mélanger le tout et ajouter les 2 yaourts nature. Bien mélanger à nouveau.

Faire fondre au micro-onde les 50g de beurre avec les morceaux de chocolat (en général quelques secondes suffisent, à surveiller). Ajoutez le chocolat fondu dans le saladier mélangez bien puis verser dans le moule (pour un moule ordinaire je conseille de le beurrer).

Mettre les 200 ml d'eau dans la cuve, le moule dans le panier et cuisson rapide ou cuisson sous pression 40mn.



Photo Lydia Thuillier

Saucisses lentilles, pommes de terre et carottes

Laetitia Leduey

Ingédients pour 6 personnes :

- 6 saucisses fumées
- 1 paquet de lardons
- 1 poignée de carottes surgelées
(ou 2 carottes en rondelles)
- 1 gros oignon ou 2 petits
- 4 grosses pommes de terre
- 1 paquet de 500 g de lentilles

Préparation :

En mode "dorer" et dès le préchauffage, faire revenir l'oignon émincé puis ajouter les lardons. Une fois les lardons dorés ajouter les carottes. Attendre 1 min.

Ajouter les saucisses percées. Bien mélanger et verser les lentilles.

Mélanger à nouveau puis ajouter les pommes de terre et couvrir d'eau salée.

Cuisson rapide 15 min.

ddb

Cookeo dans la joie et la bonne humeur



Riz aux poireaux et lardons

Au R re

Photo Au R re

Ingrédients :

Poireaux

Lardons

Riz

Bouillon de poule

Préparation :

Couper les poireaux en rondelles

En mode "dorer" faire revenir les poireaux, les lardons et le riz.

Ajouter le bouillon de poule (recouvrir juste   hauteur des ingrédients).

Mélanger.

Cuisson rapide 10 min.

Cookeo dans la joie et la bonne humeur



Photo Laura Cellier

Paupiettes aux petits pois carottes et champignons

Laura Cellier

Ingrédients :

4 paupiettes
1 grosse boîte de petits pois
carottes
Champignons frais
Ail
Herbe de provence
Huile d'olive

Préparation :

Faire dorer les paupiettes avec l'assaisonnement (ail, herbes de provence, huile).

Ajouter les champignons, bien remuer.

Ajouter les petits pois carottes et cuisson rapide 10 min.

ccb



Carbonnade

Aurélie Lamelyn Ruffier

Ingrédients pour 6 personnes :

1,2 kg de boeuf à braiser (gîte, paleron, macreuse..)
1 L de bière
3 oignons
2 c à s de vinaigre de vin
2 c à s de cassonnade
De la moutarde forte
4 tranches de pain d'épices
2 feuilles de laurier
2 branches de thym
2 branches de persil
40 gr de beurre

Préparation :

Couper la viande en morceaux comme pour un bourguignon.

Emincer les oignons.

Faire chauffer le beurre avec un peu d'huile dans la cuve en mode "dorer".

Mettre les morceaux de viande à dorer sur toutes les faces. Les retirer et faire suer les oignons à leur place en remuant régulièrement.

Lorsque les oignons sont bien tendres, ajouter le vinaigre, saupoudrer de cassonnade et laisser caraméliser quelques instants.

Mouiller avec la bière, ajouter le bouquet garni.

A ébullition, tartiner généreusement les tranches de pain d'epices de moutarde.

Poser la viande, puis les tartines et fermer le cookeo.
cuisson rapide (sous pression) 15 min.



Flan portugais

Patricia Lagord

Ingrédients :

9 oeuf + 1 jaune
6 c à s rases de sucre
1 sachet de sucre vanillé
1/2 litre de lait entier
1 bouchon de porto rouge
Caramel

Préparation :

Mettre du caramel dans un moule.
Mélanger tous les ingrédients et verser ce mélange dans le moule.
Verser 300 ml d'eau dans la cuve. Mettre le moule dans le panier vapeur dans la cuve.
Cuisson rapide 12 min et après maintenir au chaud pendant 20 min.
Laisser refroidir et mettre au frais toute la nuit.
Démouler.

edb



Photo Magalie Linant

Côtes de porc à la moutarde

Mylene

Ingrédients pour 2 personnes :

2 côtes de porc
beurre
1 oignon
1 dl de fond de veau
1 dl de vin blanc
2 C à S de moutarde
4 C à S de crème fraîche
Farine ou maïzena pour épaissir la sauce.

Préparation :

Faire dorer l'oignon émincé avec les côtes dans un peu de beurre.

Déglacer au vin blanc, laisser réduire un peu et ajouter le fond de veau, la moutarde et la crème fraîche.

Cuisson rapide 15 min.

(Plat que j'accompagne de pâtes ou de riz)

ccb



Photo Cécilou Nysten

Poulet entier de Cécilou

Cécilou Nysten

Ingrédients :

1 poulet

3 c à c de fond de volaille

1 oignon

300 ml d'eau

Préparation :

Dorer sur chaque face le poulet.

Ajouter l'oignon, le fond de volaille, l'eau et cuire 25 min en cuisson rapide

edib

Cookeo dans la joie et la bonne humeur



Photo Elodie Bazoge

Ingrédients :

180 g de blé cru (Ebly)
3 Blancs de poireaux
600 g d'escalope de dinde
100 ml de crème fraîche liquide
4 portions de vache qui rit
Sel, poivre
1 bouillon
220 ml d'eau
huile d'olive

Blé aux poireaux et à la dinde

Elodie Bazoge

Préparation :

Couper la viande en morceaux, les poireaux en rondelles.

En mode "dorer" faire revenir la viande puis la réserver. Ajouter un peu d'huile dans la cuve et faire revenir les poireaux en remuant. Rajouter le blé, la viande et les "vache qui rit". Assaisonner.

Verser l'eau et le bouillon et cuire 7 min en cuisson rapide (sous pression).

A la fin de la cuisson rajouter la crème fraîche liquide.

Remuer et servir.



Photo Valou Smiley

Emincés de poulet sauce poireaux champignons

Valou Smiley

Ingrédients :

Oignons
Emincés de poulet
Emincés de poireaux
Champignons
Fond de veau
crème allégée

Préparation :

Faire dorer les oignons puis le poulet et enfin les poireaux et les champignons.

Rajouter un peu d'eau et le fond de veau.

Cuisson rapide 10 min.

Une fois la cuisson terminée ajouter de la crème allégée.

ccb



www.cookeojbh.fr

Tagliatelles fraîches, courgettes, allumettes bacon, curry

Lydie Sepulveda

Photo Jocelyn Audouard

Ingrédients pour 4 personnes :

350 g de tagliatelles fraîches
2 petites courgettes
75 g d'allumettes de bacon
400 ml de bouillon de légumes
Curry
Sel poivre
Parmesan

Préparation :

Dorer les courgettes coupées en petits morceaux avec le bacon sans ajout de matière grasse pendant 3 à 4 min.

Sel, poivre et curryr à votre goût.

Chauffer les 400 ml d'eau au micro onde 2 min puis ajouter le cube de bouillon de légumes et mélanger. L'ajouter dans la cuve.

Dès que ça bout y plonger les tagliatelles et bien mélanger l'ensemble afin de bien décoller toutes les tagliatelles.

Mettre en cuisson rapide 3 min.

Ouvrir et déguster avec un peu de parmesan.

dab

Cookeo dans la joie et la bonne humeur



Photo Lucienne Pigne

Tartiflette express

L'Elfe Celte

Ingrédients pour 4 personnes :

1,5 kg de pommes de terre (pas trop petites)
20 cl de crème liquide 30 % MG
oignon + ou - selon votre goût
250 g de lardons
fromage à tartiflette ou à raclette
1 c à s huile d'olive
sel, poivre

Préparation :

Eplucher et couper en rondelles les pommes de terre (rondelles environ 5 mm d'épaisseur pas plus grosse sinon le temps de cuisson plus long et pas plus fine sinon ça deviendra de la purée). Mettre à dorer les oignons et les pommes de terre dans l'huile, puis ajouter les lardons et la crème. Saler poivrer. Fermer le cookeo et mettre en cuisson rapide 12 min. A la fin de la cuisson ouvrir et mettre les morceaux de fromage. Remettre en position "réchauffer" durant 3 min pour faire fondre le fromage.

adob

Cookeo dans la joie et la bonne humeur



Coquillettes, knackis, sauce tomate, crème

Ingrédients :

250 g de coquillettes
1 petite boîte de pulpe de
tomate
4 c à s de crème
8 à 10 knackis
350 ml d'eau
Sel poivre

Préparation :

Mettre dans la cuve les pâtes, l'eau, la crème, la pulpe de
tomates. Saler et poivrer selon votre goût.

Ajouter les knackis coupés, mélanger.

Cuisson rapide (sous pression) 5 min.

scdb

La vache qui rit

Cricri Cricri

Ingrédients :

1 oignon
Beurre
2 carottes
2 courgettes
2 vache qui rit
4 saucisses de Strasbourg
1 sachet de riz
1 verre d'eau
1 bouillon cube

Préparation :

Faire revenir l'oignon dans le beurre en mode dorer.
Ajouter les carottes, les courgettes et les saucisses de Strasbourg coupées en rondelles.
Couper 2 "vache qui rit" en petits morceaux, ajouter le sachet de riz (ouvert).
Délayer le bouillon cube dans un verre d'eau puis l'ajouter à la préparation (cela doit permettre au riz de gonfler sans qu'il baigne dans l'eau)).
Bien mélanger et mettre en cuisson rapide 10 min.



Lamelles de calamars à l'anis étoilée

Danamaso Danamaso avec Enza Brigitte Ludo

Ingrédients :

1,5 kg de lamelles d'encornets
1 boîte de bisque de homard
1/2 boîte de tomates concassées
1 oignon
2 étoiles de badiane
Piment d'Espelette
Crevettes, moules cuites,
champignons (falcutatif)

Préparation :

Après avoir nettoyé les lamelles de susceptibles petites peaux, les laver puis les détailler en tronçons de 1,5 cm.
Mettre de l'eau au niveau des calamars dans la cuve en mode "dorer". Arrêter aux premiers frémissements. Egoutter.
Faire rissoler l'oignon émincé et l'ail écrasé dans un peu d'huile d'olive. Ajouter les calamars, bien mélanger puis mettre la bisque et les tomates concassées, les 2 étoiles de badiane, le piment d'Espelette (on peut remplacer par une boule de pastis ou une branche de fenouil émincée). Mélanger à nouveau.
Passer en cuisson rapide (sous pression) pendant 10 min.
Si la sauce est un peu liquide, mettre 1 c à s de sauceline, puis ajouter les crevettes et les moules. Passer en maintien au chaud en attendant de se mettre à table

ccb



Photo Nathalie Manac'h Jacq

Flan magique vanille

Sandra Colson

Ingrédients :

4 oeufs

150g de sucre

125g de beurre fondu

115 g de farine

500 ml de lait tiède

2 c à s d'arôme vanille

1 c à s d'eau

Préparation :

Séparer les blancs des jaunes, monter les blancs en neige et réserver.
A part mélanger les jaunes avec les sucres à l'aide d'un batteur jusqu'à ce que le mélange devienne mousseux puis y ajouter le beurre fondu et la farine tamisée petit à petit.

Ajouter le lait tiédi, l'eau et l'arôme vanille à l'aide du batteur.
Pour finir ajouter les blancs en neige en mélangeant délicatement avec un fouet (la pâte est liquide).

Verser la pâte dans un moule beurré, verser 200ml dans la cuve et mettre le moule dans le panier vapeur (ne pas filmer).

Cuisson 25 min et à la fin de la cuisson laisser dans le cookeo 10/15 min entrouvert.

Mettre au frigo minimum 4h avant de démouler.



www.cookeojbh.fr

Photo Camélia Sandrine Pollaert

Velouté d'asperges

Camélia Sandrine Pollaert

Ingrédients pour 2 personnes :

800 grammes d asperges
(égouttées) en bocal

1 échalotte

3 minis pommes de terre

1 c à s de fond de veau*

500 ml d eau

crème fraîche

Préparation :

En mode dorer, faire revenir l'échalote avec les pommes de terre en morceaux. Ajouter les asperges (réserver les têtes auparavant). Remuer

Ajouter le fond de veau et mettre l'eau.

Cuisson sous pression 10 min

Ouvrir, assaisonner puis mixer le tout.

Rajouter la crème fraîche et les têtes d'asperges.



Photo Myriametserge Lecqdel

Boeuf carottes à ma façon

Myriametserge Lecqdel

Ingrédients :

1 kg de viande a bourguigon
2 verres de vin rouge
8 grosses carottes
1 oignon
Sel et poivre
1 verre d eau
1 bouillon cube

Cookeo dans la joie et la bonne humeur

Préparation :

Couper la viande en morceaux, peler et émincer l'oignon.

Faire revenir la viande et l'oignon en mode "dorer".

Ajouter le vin, l'eau, le cube émietté. Saler et poivrer.

Cuisson rapide 35 mn .

Ajouter les carottes et remettre en cuisson rapide 10 mn .

Lier avec 2 cuilleres de sauceline à la fin.

scb

Saumon sur lit de poivrons

Alexia Bocher

Ingrédients :

3 pavés de saumon

3 cuillère à soupe de sauce soja

3 cuillère à soupe vin blanc

3 cuillère à soupe jus de citron

1/2 (de chaque) poivrons vert,
rouge et jaune

1 oignon

Préparation :

Faire mariner les pavés de saumon (30min) dans 3 cuillères à soupe de sauce soja , 3 càs vin blanc, 3 càs citron pressé. Retourner le saumon au bout de 15 min.

Faire revenir (mode dorer) poivrons oignon (coupés en morceaux) dans un peu d'huile.

Mettre les pavés de saumon au dessus des légumes ajouter la marinade
Passer en mode cuisson rapide 3m.

dob



Photo Andree Araes Bourhy

Ingrédients :

Les grandes feuilles vertes d'un chou
(le coeur servira pour une potée)

Carottes

Pommes de terre

1 bouillon cube

Thym et laurier

Farce :

Chair à saucisse (saucisses de
campagne moins grasses)

1 oignon

2 gousses d'ail

pain rassis

1 oeuf

Persil

Choux farcis à ma façon

Andree Araes Bourhy

Préparation :

Blanchir les feuilles de chou 3 mn à l'eau bouillante salée.

Préparer la farce :

Mélanger la chair à saucisse avec l'oignon haché, l'ail écrasé, l'oeuf, le pain rassis trempé dans de l'eau et pressé et un bouquet de persil haché. Rectifier l'assaisonnement (attention la chair à saucisse est déjà assaisonnée).

Mettre un peu de farce au milieu de chaque feuille et faire des petits paquets que l'on ficelle.

Déposer les paquets de chou dans la cuve, ajouter des carottes en rondelles, 300 ml d'eau avec le bouillon cube, thym et laurier.

Cuisson rapide 8 min.

Rajouter les pommes de terre épluchées en gros morceaux et cuire rapide 6 min.

Blancs de poulet au porto et champignons

Karine Cardoso

Ingrédients :

4 blancs de poulet
25 g de maïzena
1 bouillon cube de volaille
1 boîte de champignons
100 ml de porto rouge
150 ml d'eau
Sel poivre
Crème fraîche

Préparation :

Mélanger dans un saladier, les blancs de poulet coupés en lamelles avec la maïzena.

En mode "dorer" faire revenir l'oignon coupé dans un peu de beurre pendant le préchauffage.

Verser les blancs de poulet/maïzena dans la cuve puis ajouter le cube de bouillon de volaille émietté, la boîte de champignons égouttés, le porto rouge, l'eau, sel, poivre.

Mélanger et mettre mode cuisson rapide pendant 20mn, à la fin de la cuisson rajouter un peu de crème fraîche et servir avec du riz blanc....



Chou rouge et petites saucisses

Andree Araes Bourhy

Photo Andree Araes Bourhy

Ingrédients :

1 oignon rouge émincé

1 petit chou rouge émincé

Des pommes de terre pelées

Des petites saucisses

Sel poivre

Persil

Préparation :

En mode "dorer" revenir les oignons puis le chou pendant environ 2 mn.

Ajouter les pommes de terre en morceaux, les petites saucisses.

Saler, poivrer et ajouter environ 150 ml d'eau.

Cuisson rapide 5 mn.

Parsemer de persil au moment de servir.



Photo Manue Valy

Cocktail de fruits de mer

Manue Valy

Ingrédients :

1 sachet cocktail de fruits de mer

1 oignon

2 poivrons

1 c à s d huile

3 c à s de soja sucré

1 brique de sauce tomate

Préparation :

Faire dorer oignons, poivrons dans l'huile et sauce soja.

Rajouter le cocktail de fruit de mer, puis la sauce tomate, saler, poivrer.

Cuisson sous pression 3 minutes.

En fin de cuisson rajouter un peu de maïzena ou sauceline pour épaissir la sauce et maintenir au chaud quelques minutes.



Photo Tix Anais

Flan coco

Les gourmandises de Némó

Ingrédients :

1 boîte de lait concentré sucré (397g!)

La même boîte remplie de lait

4 oeufs

1 cuillère à café de maïzena

100 g de noix de coco râpée

80g de sucre (pour le caramel)

Préparation :

Faire un caramel à sec avec le sucre, puis en napper votre plat.

Mélanger le lait concentré, le lait, les oeufs un à un, la maïzena et la noix de coco puis verser la préparation dans le plat nappé de caramel.

Verser 40cl d'eau dans la cuve mettre votre plat dans le panier.

Cuisson rapide 15 min.

A la fin de la cuisson, ouvrir votre cuve, attendre 5 min puis sortir le plat.

Laisser refroidir et conserver au réfrigérateur au minimum 1h.



Photo Cid Jy

Pilons de poulet miel citron

Yana Lala Kinik

Ingrédients pour 2 personnes :

4 pilons de poulet
1 citron
2 c à s de miel
1 oignon
ail
sel poivre
beurre ou huile

Préparation :

Mode "dorer", faire revenir les pilons de poulet dans l'huile ou le beurre.
Ajouter l'ail et l'oignon et laisser suer 2 min.
Ajouter le miel, saler, poivrer et laisser revenir encore 2 min.
Couper le citron en fines tranches.
Ajouter le citron, mélanger et ajouter 50 ml d'eau.
Lancer la cuisson rapide 5 min.
Passer en mode "dorer" pour réduire la sauce et enrober les pilons.

ccb

Cookeo dans la joie et la bonne humeur



Photo Emi Optique Marescot

Chou vert et saucisses

Francine Devie

Ingrédients ::

700 g de chou vert
200 g de lardons fumés
1 oignon
4 pommes de terre
1 bouillon cube
des saucisses
1 c à s de farine
1 c à c de bicarbonate
Sel, poivre
1/2 l d'eau

Préparation :

En mode manuel, fonction "dorer".
Faire dorer les lardons, ajouter l'oignon émincé du sel du poivre.
Ajouter les pommes de terre coupées en 4, le bouillon cube, les saucisses.
Saupoudrer avec la farine, ajouter le chou coupé et l'eau.
Cuisson rapide 15 min.

Astuce de "Emi Optique Marescot" : Par contre je remplace l'eau par du coulis + concentré de tomates

scb



Photo de Au Røre

Ingrédients :

1 oignon
5 petites pommes de terre
2 grosses tomates
3 bonnes poignées de haricots plats
6/7 rondelles de chorizo
1 verre d'eau

Cookeo dans la joie et la bonne humeur

Haricots plats, pommes de terre, tomates, chorizo

Au Røre

Préparation :

En mode "dorer" faire revenir l'oignon avec les rondelles de chorizo, les pommes de terre coupées en morceaux, les tomates en quartiers et les haricots plats.

Ajouter un petit verre d'eau, saler, mélanger.

Cuisson rapide 7 min.

A la fin de la cuisson ajouter une touche de persil



Photo TiTia Prendlelarge

Lapin en totale impro

TiTia Prendlelarge

Ingrédients :

Cuisses de lapin

Carottes

Pommes de terre

Dés de chorizo

Vinaigre de cidre

Fond de volaille 150 ml

Préparation :

Peler et laver les légumes.

Faire dorer les cuisses de lapin de chaque côté.

Déglacer au vinaigre de cidre et ajouter les carottes, les pommes de terre, les dés de chorizo et le fond de volaille.

8 min de cuisson rapide.

scb



Photo Au Røre

Pennes rigate champignons et ses lamelles de jambon

Au Røre

Ingrédients :

1 oignon

Champignons

Penne Rigate

1 bouillon cube

crème fraîche

Jambon

Préparation :

En mode "dorer" faire revenir l'oignon émincé et les champignons.

Ajouter les pâtes, un bouillon cube et couvrir d'eau.

Cuisson rapide 6 min.

A la fin de la cuisson ajouter en cuisson douce la crème fraîche et des lamelles de jambon.

Mélanger et servir

edb



Photo Andrée Araes Bourhy

Ingrédients :

Coquillettes au blé complet (on compte 60 g crues par personne)

1 blanc de poireaux

1 filet de poisson par personne

Sel, poivre

Cookeo dans la joie et la bonne humeur

Coquillettes au blé complet aux poireaux et filet de poisson

Andrée Araes Bourhy

Préparation :

Mettre les coquillettes dans la cuve, couvrir d'eau à 3 mm au dessus, rajouter les poireaux coupés en morceaux, sel poivre.

Cuisson rapide 8 mn.

Ouvrir et rajouter les filets de poisson.

A nouveau cuisson rapide 1mn (normalement le préchauffage suffit à cuire le poisson).



Photo Gwennaëlle Le Normand

Riz pilaf aux légumes

Gwennaëlle Le Normand

Ingrédients :

Lamelles de bacon
huile d'olive
riz basmati
Rondelles de carottes
Rondelles de courgettes
1 bol de bouillon de volaille
Sel, poivre
lamelles d'emmental

Cookeo dans la joie et la bonne humeur

Préparation :

En mode "dorer" et dans l'huile d'olive faire revenir le bacon et un bol de riz. Attendre que le riz soit un peu translucide.

Ajouter les rondelles de carottes et de courgettes coupées en 4, le bol de bouillon. Saler, poivrer.

Cuisson sous pression 4 min.

A la fin de la cuisson ajouter les lamelles d'emmental.



Photo Andree Araes Bourhy

Marmite fond de frigo

Andree Araes Bourhy

Ingrédients :

Un reste de poivrons
Un reste de saucisses fumées
Un sachet de tomates concassées surgelées (400 g)
1 oignon
1 gousse d'ail
Du riz (au pif et encore mélangé moitié basmati et camargue)
2 c à c de curry
2 c à c de paprika
1 bouillon cube de volaille

Ingrédients :

En mode "dorer" faire revenir l'oignon en petits morceaux et l'ail écrasé.

Rajouter les filets de poivrons coupés en morceaux puis les saucisses en morceaux et enfin les tomates concassées.

Une fois les tomates décongelées rajouter le riz et recouvrir à 1 cm au dessus des ingrédients d'eau avec le bouillon cube.

Cuisson rapide 8 mn.

ccb



Photo Au Røre

Pommes de terre farcies et haricots plats

Au Røre

Ingrédients :

Pommes de terre

Chair à farcir

Haricots plats

Herbes de provence

Bouillon

Préparation :

Evider les pommes de terre et les farcir.

Au fond de la cuve mettre les haricots plats recouverts d'eau plus un bouillon cube. Mélanger.

Ajouter les pommes de terre farcies.

Fermer et cuisson rapide 10 min.



Photo Nanou Bienveillante

Ingrédients : (4 personnes)

1 oignon
3 courgettes
12 pommes de terre
10 tranches de jambon cru
50 cl de crème fraîche
1 bûche de chèvre
Gruyère râpé

Cookeo dans la joie et la bonne humeur

Chevriflette

Marion Marion

Préparation :

Eplucher et couper les légumes (taille moyenne).

Mettre à cuire 20 min dans la cuve avec 400 ml d'eau.
Une fois la cuisson finie égoutter et remettre 5 min en cuisson rapide en ajoutant la crème et le chèvre.

Une fois cuit déposer dans un plat, ajouter les tranches de jambon cru et le gruyère et gratiner au four.



Photo Au Røre

Riz aux légumes, boeuf émietté

Au Røre

Ingrédients :

1 oignon
Boeuf haché
Tomates
Courgettes
Poivrons
Riz
Sel
Herbes de provence
Eau

Préparation :

Faire dorer l'oignon, le boeuf, les poivrons en lamelles, les tomates en quartiers, les rondelles de courgettes.

Ajouter le riz, mélanger le tout.
Sel et herbes de provence.

Couvrir avec un verre d'eau.

Cuisson sous pression 10 min.

scb

Andouille au camembert et pommes fondantes

Ingrédients :

300 g d'andouille de vire

8 pommes de terre

1/2 camembert

20 cl de cidre

25 g de beurre

Préparation :

En mode "dorer" faire fondre le beurre et y faire revenir les pommes de terre coupées en gros dés.

Mouiller avec le cidre et le même volume d'eau.

Cuisson rapide 10 min.

Retirer la peau de l'andouille puis la couper en morceaux.

Gratter légèrement la croûte du camembert et le couper en petits morceaux.

En fin de cuisson ajouter l'andouille et le camembert et remettre en cuisson rapide 3 min.

Cookeo dans la joie et la bonne humeur



Photo Cécilou Nysten

Paëlla de Cécilou

Cécilou Nysten

Ingrédients :

Pilons et hauts de cuisse de poulet

1 oignon émincé

1 poivron rouge

1 poivron vert

250 g de riz

vin blanc

250 g de fruits de mer congelés

12 tranches de chorizo

1 bol de petits pois

1 sachet d'épices à paëlla

250 ml d'eau

Préparation :

Faire revenir en mode "dorer" le poulet. Réserver.

Mettre l'oignon émincé, les poivrons coupé en cubes, ajouter le riz et bien mélanger.

Arroser avec un peu de vin blanc.

Ajouter les fruits de mer décongelés, le chorizo, les petits pois, le sachet d'épices et 250 ml d'eau.

Placer au dessus le poulet, des crevettes et des moules.

Cuisson rapide 13 min.



www.cookeojbh.fr

Photo Au Røre

Lentilles saucisses fumées

Laetitia Yannick

Ingrédients pour 4 personnes :

400/500 g de lentilles
4 saucisses fumées
1 oignon
Des lardons naturels
Des carottes
Laurier
Sel, poivre

Préparation :

Faire revenir les saucisses, les lardons et les oignons en mode "dorer".

Ajouter les lentilles, les carottes et 3 fois le volume des lentilles en eau.

Cuisson rapide 20 min.

ccb

Cookeo dans la joie et la bonne humeur



www.cookeojbh.fr



Photo Collage

Photo Au Røre

Endives jambon béchamel

Au Røre

Ingrédients :

4 endives

4 tranches de jambon

Béchamel

Cookeo dans la joie et la bonne humeur

Préparation :

Retirer le trognon des endives pour l'amertume .

Pour 4 endives , cuisson panier vapeur ingrédients dans le cookeo 20 min .

Pendant ce temps réaliser la bechamel à la casserole pour gagner du temps beurre farine lait sel.

Une fois les endives cuites , les enrouler dans le jambon puis passer en mode DORER pour braiser le jambon des deux faces. Eteindre le cookeo et recouvrir de bechamel : c'est prêt !

ccb



www.cookeojbh.fr

Photo Andrée Araes Bourhy

Ingrédients :

250 g de pois cassés
1 oignon
1 carotte
1 blanc de poireau
1 bouquet garni
(laurier/thym/persil)
4 clous de girofle
1 bouillon cube de volaille
Sel poivre du moulin
1.5 litre d'eau
crème fraîche
Pour la garniture :
Jambon serrano
Pain brioché.

Potage de pois cassé et ses chips de jambon

Andrée Araes Bourhy

Préparation :

Nettoyer les légumes et couper le poireau et la carotte en morceaux.

Piquer l'oignon avec les clous de girofle.

Mettre dans la cuve tous les ingrédients du potage en cuisson rapide
16 mn.

Faire frire les tranche de jambon dans un peu d'huile d'olive puis
faire dorer les tranches de pain dans très très peu d'huile (je passe
un papier absorbant imbibé sur ma poêle).

Au moment de servir ajouter 3 cuillerées à soupe de crème fraîche
épaisse.

deb

www.cookeojbh.fr



Photo Sylvie Lagrenée

Poulet, courgettes, fromage de chèvre

Sylvie Lagrenée

Ingrédients :

4 blancs de poulet
5 courgettes
1 fromage de chèvre frais
Ail
Persil
Sel
1 cube de volaille
100 ml d'eau
Sauceline

Préparation :

Couper le poulet en cubes et le faire revenir en mode "dorer".

Ajouter les courgettes coupées en gros cubes, le fromage, l'ail le persil, 100 ml d'eau et le cube de volaille.

Rectifier l'assaisonnement.

Cuisson sous pression 15 min.

Epaissir la sauce en fin de cuisson avec la "sauceline".

ONE POT PASTA FRANC-COMTOISE

RECETTE DE KARINE LANGLAIS

COOKED DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients

Temps de préparation: 5 minutes Temps fonction dorer :

10 Minutes / Temps de cuisson rapide : 6 Minutes

Nombre de personnes: 4

- 1 oignon
- 1 CS d'huile d'olive
- 1 boîte de pulpe de tomate
- la boîte vide de pulpe de tomates remplie à moitié d'eau
- la boîte vide de pulpe de tomate remplie à moitié de lait
- 1 saucisse de Morteau (ou plus pour les gourmands)
- 300g de pâtes
- 100g de Comté râpé
- de la ciboulette ciselée
- sel et poivre



Procédure:

Pelez et émincez finement l'oignon

Coupez en tranches fines la saucisse de Morteau

Faire chauffer l'huile en mode DORER

Faire revenir l'oignon avec la saucisse en remuant souvent pendant une dizaine de minutes

Ajoutez ensuite les pâtes, la pulpe de tomates, le lait, l'eau et bien remuer le tout

Fermer le Cookeo

Mettre 6 minutes en CUISSON RAPIDE

(en fait devrait mettre moitié du temps normal de cuisson des pâtes, soit là 9 minutes, donc j'ai fait 4 minutes pour voir et rajouter 2 minutes de plus et là les pâtes nickel)

Ouvrir le cookeo et saupoudrez de ciboulette et de fromage râpé

Refermer et mettre MAINTIEN AU CHAUD pendant 5 minutes pour que le fromage fonde

MAFÉ DE POULET

RECETTE DE SONIA

COOKED DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients

(4 personnes)

- *1 poulet fumé
- *3 oignons (ou 5-6 échalotes) hachés
- *3 tomates coupées en dés (j'ai mis une boîte de tomate entières)
- *2 cuillerées à soupe de pâte d'arachide (appelée aussi beurre de cacahuètes)
- *2 cubes de bouillon de volaille
- *50 cl d'eau chaude
- *1 carotte



Procédure:

Hacher les oignons et les faire revenir dans un peu d'huile sans les brûler. ajouter la pâte d'arachide. Faites fondre sans cesser de mélanger

Lorsque la pâte d'arachide a fondu et est bien mélangée avec les oignons, ajouter les tomates coupées en dés. Remuer.

rajouter la cartotte en morceau Parsemer de 2 cubes de bouillon de volaille émiettés et ajouter 50 cl d'eau chaude.

cuisson rapide 5 mn

Servir bien chaud avec un riz basmati.

MORUE A LA PORTUGAISE

COOKED DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients

(4 personnes)

- 1 kg de morue dessalée
- 1 bouquet garni
- 6 pommes de terre
- 25 cl d'huile
- 3 oignons moyens
- 3 gousses d'ail
- 1/2 verre de vin blanc sec
- 6 oeufs durs
- 1 cuillerée à soupe de persil

Procédure:

Couvrir d'eau la morue avec le bouquet garni dans la cuve et cuire 10 min. Retirer le poisson et le réserver, déposer les pommes de terre et les cuire dans l'eau de cuisson. Enlever la peau et les arêtes de la morue. Peler et couper les pommes de terre en rondelles. Préchauffer le four Th 7/8. Faire chauffer l'huile en mode "dorer". Ajouter les oignons et l'ail coupés en fines lamelles, les laisser blondir. Ajouter alors la morue et les pommes de terre, laisser cuire 5 min. Mouiller avec le vin blanc, poivrer. Verser le tout dans un plat à four et laisser gratiner 30 min environ à four bien chaud. Ecaler les oeufs et en couper 3 en rondelles. Hacher les 3 autres avec le persil. Disposer les rondelles autour du plat gratiné, parsemer avec le hachis d'oeuf et de persil et servir aussitôt.

ONE POT PASTA REVISITEE A MA FACON

RECETTE DE VANE SSA

COOKED DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients

- Pâtes coquillage
- Duo de courgettes
- Tomates cerise surgelées
- 1 verre d'eau
- Herbes de provence
- Huile d'olive
- Oignons surgelés
- Lardon fumés



Procédure:

Sur mode dorer : filet d'huile d'olive oignons surgelés et lardons fumés

Une fois dorés, sur mode sous pression j'ai ajouté un mélange de duos de courgette et tomate cerise surgelés, des pâtes coquillage, un verre d'eau, et herbes de provence pendant 6 minutes

MORUE À LA LYONNAISE

RECETTE DE EMMA VAUPIN

COOKED DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients

1 kg de morue
600 g de pommes de terre
2 gros oignons
3 échalotes
1 verre de vin blanc
1 dl d'huile
100 g de beurre
1 cuillère à soupe de vinaigre
Persil plat haché



Procédure:

La veille, faites-la dessaler, dans de l'eau froide pendant 24 h en changeant l'eau trois ou quatre fois.

Faites cuire les pommes de terre dans leur peau, laissez-les refroidir.

Plonger les filets de morue dans de l'eau froide et vin blanc. Chauffer jusqu'à ce que l'eau frémisses. (mode dorer)

Pocher la morue pendant 5 min environ.

L'effeuiller et la couper en petits morceaux.

Émincez l'échalote, les oignons, faites-les fondre sans dorer, dans 2 cuillerées à soupe d'huile.

Éplucher et couper les pommes de terre en rondelles, faites-les rissoler 10 min dans 2 cuillerées à soupe de beurre et d'huile poivrez.

Avant qu'elles prennent des couleurs, ajoutez la morue effeuillée.

Saupoudrez de persil plat haché.

POMME DE TERRE CHIPO LARD

RECETTE DE CHRYS CHRYS

COOKED DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR

Ingrédients

- Pomme de terre
- Chipo
- Lard
- Huile d olive
- Bouillon
- Sel
- Poivre
- Ail
- Persil
- et 100ml d eau !



Procédure:

5 min en cuisson rapide



One pot pasta franc-comtois

Karine Langlais

Ingrédients : (4 personnes)

1 oignon
1 cà s d'huile d'olive
1 boîte de pulpe de tomate
la moitié de la boîte d'eau
La moitié de la boîte de lait
1 saucisse de Morteau
300 g de pâtes
100 g de comté râpé
ciboulette ciselée
Sel et poivre

Cookeo dans la joie et la bonne humeur

Préparation :

Peler et émincer finement l'oignon
Couper en tranches fines la saucisse de Morteau.
Faire chauffer l'huile en mode "dorer". Faire
revenir la saucisse et l'oignon en remuant souvent
pendant une dizaine de minutes.
Ajouter les pâtes, la pulpe de tomates, le lait, l'eau
et bien remuer le tout.
Fermer le cookeo et mettre 6 min en cuisson
rapide.
Ouvrir et saupoudrer de ciboulette émincée et de
fromage râpé.
Remettre en maintenant au chaud 5 min, le temps que
le fromage fonde.

4x4