

Recettes USB



Recettes Bistrot



Dernière mise à jour le 28/01/2016



Escargots à la Bourguignonne

2

4

6

Escargots de bourgogne très gros	24	48	72
Lardons	40 g	80 g	120 g
Champignons de Paris, petits coupées en 4	40g	80 g	120 g
Vin rouge de bourgogne	10 cl	20 cl	30 cl
Persil, haché	1 cs	2 cs	3 cs
Echalotes, ciselée	20 g	40 g	60 g
Beurre demi-sel	40 g	80 g	120 g
Sucre en morceaux	1	2	3
Tartines de pain au levain grillées	2	4	6

Préparation : 5 mn Cuisson : 6 mn

En mode dorer :

Colorer les lardons, l'échalote et les champignons durant 3 à 5 minutes.

Ajouter le vin puis le beurre en mélangeant.

Arrêter le mode dorer.

Saler et poivrer.

Ajouter le sucre et les escargots.

Mélanger.

Lancer la cuisson pendant 1 minute.

A la fin ajouter le persil.

Servir sur des tartines grillées.





Noix de Saint-Jacques et poireaux

	2	4	6
Noix de Saint-Jacques dans leur coquille (ouvertes)	2	4	6
Blanc d'œuf moyen	1	2	3
Farine	60 g	120 g	180 g
Blanc de poireau, finement taillé en julienne	75 g	150 g	230 g
Alcool anisé	1 cs	2 cs	3 cs
Crème liquide	15 cl	20 cl	30 cl
Huile	1 cs	2 cs	3 cs
Beurre	1 noix	2 noix	3 noix

Préparation : 20 mn Cuisson : 2 mn

Former une pâte avec le blanc d'œuf et la farine.

Former un boudin par coquille

Fermer les et souder les bords à l'aide la pâte.

En mode dorer :

Verser l'huile et le beurre dans la cuve.

Ajouter l'échalote, le poireau et l'alcool.

Compoter les légumes pour qu'ils soient fondants.

Arrêter le mode dorer.

Ajouter la crème.

Mélanger.

Déposer par-dessus le panier vapeur garni des coquilles.

Démarrer la cuisson.

Servir les noix dans leur coquille agrémentées de la compote de poireaux.





Œuf cocotte florentine

	2	4	6
Œufs gros extra-frais	2	4	6
Pousses d'épinard lavées	60 g	120 g	180 g
Oignon, pelé, ciselé finement	1/4	1/2	1
Huile	2 cs	2 cs	3 cs
Lait froid	15 cl	30 cl	45 cl
Beurre	8 g	15 g	20 g
Farine	8 g	15 g	20 g
Parmesan	1 cs	2 cs	3 cs
Sel, poivre			

Préparation : 10 mn Cuisson : 4 mn

En mode dorer :

Verser l'huile dans la cuve.

Cuire l'oignon et les épinards.

Réserver.

Faire fondre le beurre.

Ajouter la farine puis le lait.

Mélanger pour épaissir.

Ajouter les légumes.

Arrêter le mode dorer.

Assaisonner.

Répartir dans des ramequins.

Y casser un œuf.

Placer du papier sulfurisé dans le fond de la cuve.

Mettre les ramequins dessus.

Verser 20 cl d'eau.

Lancer la cuisson sous pression pendant 4 minutes

Agrémenter de parmesan râpé.





Soupe de rouget et roussette

	2	4	6
Filet de rouget barbet, coupés en 4 (+ arête et tête à côté)	2	4	6
Tomates grappe, coupées en 4	2	4	6
Oignon ciselé	1/4	1/2	1
Carotte émincée (petites)	1	2	3
Fenouil coupé en dés	100 g	200 g	300 g
Roussette désarêtée, en cube	1 tranche	2 tranches	3 tranches
Safran	1/2 dose	1 dose	2 doses
Eau	20 cl	40 cl	60 cl
Huile	1 cs	2 cs	3 cs
Sel, poivre			

Préparation : 15 mn Cuisson : 20 mn

En mode dorer :

Verser l'huile dans la cuve.

Colorer les arêtes et les têtes quelques minutes.

Verser l'eau.

Mélanger.

Filtrer.

Remettre le bouillon obtenu dans la cuve.

Arrêter le mode dorer.

Ajouter les légumes, le safran et la roussette.

Assaisonner.

Mélanger.

Lancer la cuisson sous pression pendant 10 minutes.

Mixer.

Ajouter les filets de rouget.

Laisser reposer 5 minutes.

Servir avec de la rouille et des croutons.

Chou-fleur à l'indienne





entrée

Terrine de saumon au curcuma

2

4

6

Saumon frais, émietté	135 g	270 g	400 g
Saumon fumé, émietté	25 g	50 g	75 g
Fromage frais	15 g	30 g	75 g
Blanc d'œuf	1	2	3
Curcuma	1/3 cc	2/3 cc	1 cc
Huile	1 cs	2 cs	3 cs
Eau	20 cl	20 cl	20 cl

Préparation : 20 mn Cuisson : 25 mn

Préparation : 20 mn Cuisson : 30 mn

Préparation : 20 mn Cuisson : 35 mn

En mode dorer :

Verser l'huile dans la cuve.

Cuire le saumon en l'émiettant au fur et à mesure.

Débarrasser dans un plat et y mélanger tous les ingrédients.

Arrêter le mode dorer.

Dans une terrine :

Tasser la préparation.

Recouvrir de film alimentaire spécial cuisson.

Ajouter 20 cl d'eau dans la cuve.

Placer les terrines dans le panier vapeur.

Lancer la cuisson sous pression pendant 25/30/35 minutes.

Laisser refroidir.

Servir accompagné d'une mayonnaise.





Tortellini épinards

	2	4	6
Tortellinis épinards et ricotta	300 g	600 g	900 g
Epinards, équeutés, hachés	100 g	200 g	300 g
Champignons de paris coupés en 2	100 g	200 g	300 g
Oignons émincé	1/4	1/2	1
Eau	10 cl	20 cl	30 cl
Crème liquide	10 cl	20 cl	30 cl
Huile	1cs	2 cs	3 cs
Parmesan râpé	2 cs	4 cs	6 cs
Sel, poivre			

Préparation : 15 mn Cuisson : 3 mn

En mode dorer :

Verser l'huile dans la cuve.

Colorer les champignons et l'oignon

Ajouter les épinards et cuire en mélangeant.

Arrêter le mode dorer.

Quand les épinards sont cuits, ajouter les tortellinis, l'eau, le sel et le poivre.

Lancer la cuisson sous pression pendant 3 minutes.

Verser la crème.

Refermer et laisser en maintien au chaud pendant 1 minute.

Agrémenter de parmesan râpé.





Blanquette de saumon

2

4

6

Dos de saumon, en cubes	300 g	600 g	900 g
Champignons de paris, émincés	100 g	200 g	300 g
Oignons ciselé	1/2	1	1,5
Carottes émincées finement	100 g	200 g	300 g
Moules cuites	50 g	100 g	150 g
Bouquet garni	1	1	1
Romarin	1/2	1	1,5
Crème liquide entière (30% MG)	10 cl	20 cl	30 cl
Fumet de poisson	10 cl	20 cl	30 cl
Persil haché	1 cs	2 cs	3 cs

Préparation : 15 mn Cuisson : 3 mn

Placer tous les ingrédients dans la cuve.
Assaisonner de sel et de poivre
Lancer la cuisson sous pression pendant 3 minutes.
Retirer le romarin et le bouquet garni.
Servir avec du persil et du riz basmati.





Boudin noirs aux 2 pommes

	2	4	6
Boudins noirs (piqués)	2	4	6
Pommes golden, coupées	1	2	3
Pommes de terre, coupées	200 g	400 g	600 g
Oignons émincés	50 g	100 g	150 g
Eau	7 cl	7 cl	10 cl
Huile de tournesol	1 cs	2 cs	3 cs
Sel, poivre			

Préparation : 10 mn Cuisson : 6 mn

En mode dorer :

Verser l'huile dans la cuve.

Colorer les oignons en mélangeant.

Arrêter le mode dorer.

Ajouter les pommes, l'eau et les boudins noirs.

Assaisonner.

Poser par-dessus le panier rempli des pommes de terre.

Lancer la cuisson sous pression pendant 6 minutes.





plat

Boulettes de viande sauce estragon

2

4

6

Boulettes de bœuf surgelées	300 g	600 g	900 g
Huile	1 cs	2 cs	3 cs
Estragon lavé et haché	1 cs	2 cs	3 cs
Bouillon de bœuf	10 cl	15 cl	20 cl
Oignon doux des Cévennes émincés	1/4	1/2	1
Beurre	1 noix	2 noix	3 noix
Farine	1 cc	2 cc	3 cc
Crème liquide	5 cl	10 cl	15 cl
Citron non traité, en rondelles	2	4	6
Sel, poivre			

Préparation : 10 mn Cuisson : 5 mn

En mode dorer :

Verser l'huile dans la cuve.

Colorer les boulettes.

Réserver.

Faire fondre le beurre.

Ajouter l'oignon.

Confire quelques minutes.

Fariner et bien mélanger.

Ajouter le bouillon et la crème.

Bien mélanger.

Assaisonner légèrement.

Remettre les boulettes et le citron.

Lancer la cuisson sous pression pendant 5 minutes.

Ajouter l'estragon.

Chou-fleur à l'indienne





Cassoulet express

	2	4	6
Haricots blancs cuits à la tomate	300 g	600 g	900 g
Cuisse de canard confite	1	2	3
Saucisses de Montbéliard	1	2	3
Rillons de porc, en morceaux	200 g	400 g	600 g
Petits salé, en morceaux	100 g	200 g	300 g
Oignons ciselés	1/2	1	1,5
Bouquet garni	1	1	1
Ail, en gousse	1	2	3
Concassée de tomate en conserve	2 cs	4 cs	6 cs
Eau	15 cl	15 cl	15 cl

Préparation : 10 mn Cuisson : 4 mn

En mode dorer :

Placer les cuisses de canard confites dans la cuve pour faire fondre la graisse.

Retirer les cuisses et le gras sauf environ 2 à 3 cs.

Ajouter les saucisses coupées en 2 et les rillons.

Colorer.

Ajouter l'oignon et faire compoter.

Arrêter le mode dorer.

Ajouter tous les ingrédients dans la cuve, ainsi que l'eau.

Mélanger

Lancer la cuisson sous pression pendant 4 minutes.





Hachis Parmentier

2

4

6

Bœuf haché	300 g	600 g	900 g
Oignon ciselé	1/2	1	1,5
Pomme de terre, en cubes	500 g	1 kg	1,5 kg
Huile	1 cs	2 cs	3 cs
Beurre	50 g	100 g	150 g
Eau	8 cl	16 cl	24 cl
Ail, en gousse	1	2	3
Sel, poivre			
Bouquet garni			
Muscade			
Gruyère râpée			

Préparation : 15 mn Cuisson : 10 mn

En mode dorer :

Verser l'huile dans la cuve.

Colorer les oignons.

Ajouter la viande et la cuire en remuant.

Assaisonner.

Arrêter le mode dorer.

Débarrasser dans un plat à gratin.

Placer les pommes de terre, le beurre, l'ail, le bouquet garni et l'eau dans la cuve.

Assaisonner (sel, poivre et muscade)

Lancer la cuisson sous pression pendant 10 minutes.

Passer le tout au presse purée.

Répartir la viande.

Couvrir de gruyère.

Gratiner au four.





Osso bucco de lotte

	2	4	6
Filet de lotte, en morceaux	300 g	600g	900 g
Farine	1 cs	2 cs	3 cs
Huile végétale	1 cs	2 cs	3 cs
Concassée de tomate	200 g	400 g	600 g
Echalote ciselée	50 g	100 g	150 g
Petite carotte, taillée en julienne	1	2	3
Branche de céleri, ciselée	1	2	3
Orange bio, en quartier	2	4	6
Fumet de poisson	7 cl	10 cl	15 cl
Citron vert	1	2	3
Sel, Poivre			

Préparation : 15 mn Cuisson : 6 mn

Fariner les morceaux de lotte

En mode dorer :

Verser l'huile dans la cuve.

Faire revenir la lotte 2 minutes de chaque côté.

Réserver.

Ajouter les oignons, le céleri et les carottes.

Arrêter le mode dorer.

Bien mélanger.

Ajouter le bouillon.

Puis la carotte et l'orange.

Assaisonner.

Remettre le poisson.

Lancer la cuisson sous pression pendant 6 minutes.

Servir avec des quartiers de citron vert.





Paupiette de veau et courgettes

	2	4	6
Paupiettes de veau	2	4	6
Huile	2 cs	2 cs	3 cs
Courgettes en julienne	300 g	600 g	900 g
Tomates cerise	12	24	36
Oignons émincé	1/2	1	1,5
Fond de veau	5 cl	10 cl	10 cl
Crème liquide	10 cl	20 cl	30 cl
Farine	1 cs	2 cs	3 cs

Préparation : 20 mn Cuisson : 8 mn

En mode dorer :

Verser l'huile dans la cuve.

Colorer les courgettes.

Assaisonner.

Placer les légumes dans le panier.

Colorer les paupiettes dans le reste d'huile.

Réserver.

Arrêter le mode dorer.

Mettre l'oignon, la farine, les tomates, le fond de veau, la crème dans la cuve et mélanger.

Remettre les paupiettes.

Ajouter le panier par-dessus.

Lancer la cuisson sous pression pendant 8 minutes.





Poulet basquaise

2

4

6

Cuisses de poulet	2	4	6
Huile d'olive	1 cs	2 cs	3 cs
Poivrons rouges, verts, jaunes	250 g	500 g	750 g
Concassée de tomates	150 g	200 g	250 g
Vin blanc	7 cl	10 cl	15 cl
Eau	5 cl	5 cl	5 cl
Oignon émincé	1/4	1/2	1
Ail haché, en gousse	1	2	3
Farine	1 cs	2 cs	3 cs
Piment d'Espelette			

Préparation : 15 mn Cuisson : 13 mn

Préparation : 15 mn Cuisson : 13 mn

Préparation : 15 mn Cuisson : 14 mn

Fariner les morceaux de poulet.

En mode dorer :

Verser l'huile dans la cuve.

Colorer les morceaux de poulet.

Réserver.

Colorer les oignons avec le vin blanc.

Arrêter le mode dorer.

Ajouter les autres ingrédients et remettre le poulet.

Lancer la cuisson sous pression pendant 13/14 minutes.





Quenelles à la bisque

	2	4	6
Quenelles de 40 à 50 g	4	8	12
Oignons ciselés	50 g	100 g	150 g
Vin blanc	5 cl	10 cl	15 cl
Crème liquide	5 cl	10 cl	15 cl
Bisque de homard en conserve	50 g	100 g	150 g
Carottes, émincés	300 g	600 g	900 g
Eau	1,5 cl	3 cl	5 cl
Huile de tournesol	2 cs	2 cs	3 cs
Sel, Poivre			

Préparation : 10 mn Cuisson : 5 mn

En mode dorer :

Verser l'huile dans la cuve.

Compoter les oignons.

Arrêter le mode dorer.

Dans un bol séparer :

Mélanger la crème, le vin, la bisque et l'eau.

Assaisonner.

Ajouter dans la cuve la sauce, les quenelles et les carottes

Lancer la cuisson sous pression pendant 5 minutes.





Rognons sauce Madère

2

4

6

Rognons de veau, en morceaux	350 g	700 g	1,1 kg
Huile	1 cs	2 cs	3 cs
Echalote ciselée	50 g	100g	150 g
Beurre	1 noix	2 noix	3 noix
Farine	1 cc	2 cc	3 cc
Fond de veau	15 cl	15 cl	15cl
Vin de Madère	7 cl	10 cl	15 cl
Crème double (45% MG)	1 cs	2 cs	3 cs
Cerfeuil	1 cs	2 cs	3 cs
Sel, poivre			

Préparation : 10 mn Cuisson : 25 mn

En mode dorer :

Verser l'huile dans la cuve.

Colorer les rognons.

Réserver.

Ajouter les échalotes, le Madère.

Compoter

Faire fondre le beurre.

Mélanger avec la farine

Arrêter le mode dorer.

Ajouter le fond de veau.

Assaisonner.

Remettre les rognons

Lancer la cuisson sous pression pendant 25 minutes.

Ajouter la crème double et réduire la sauce.

Parfumer de cerfeuil.

Chou-fleur à l'indienne





Roulades de sole sauce Nantua

	2	4	6
Filet de sole de 80/90 g	4	8	12
Lait	5 cl	10 cl	15 cl
Beurre	8 g	15 g	20 g
Farine	8 g	15 g	20 g
Crème liquide	7 cl	10 cl	15 cl
Bisque de homard	50 g	100 g	150 g
Cognac	1 cs	2 cs	3 cs
Ecrevisses cuites décortiquées	50 g	100 g	150 g
Cerfeuil haché	1 cs	2 cs	3 cs
Fumet de poisson	10 cl	15 cl	20 cl

Préparation : 10 mn Cuisson : 5 mn

Former des roulades avec les filets de sole et maintenir à l'aide de cure-dent.

En mode dorer :

Faire fondre le beurre.

Mélanger avec la farine.

Ajouter le lait et le fumet.

Fouetter jusqu'à épaississement.

Ajouter la bisque, le cognac et les écrevisses.

Arrêter le mode dorer.

Placer les roulades de sole dans le panier vapeur.

Placer le dans la cuve, au-dessus de la sauce.

Lancer la cuisson sous pression pendant 5 minutes.

Laisser reposer 5 minutes en maintien au chaud.

Retirer les cure-dent

Servir avec le cerfeuil.





Tournedos sauce Bordelaise

2

4

6

Tournedos de bœuf (170/200g)	2	4	6
Vin rouge (Bordeaux ou Cahors)	10 cl	15 cl	20 cl
Fond de veau	5 cl	10 cl	15 cl
Echalote ciselée	30 g	60 g	90 g
Beurre en petit morceaux	30 g	60 g	90 g
Bouquet garni	1	1	1
Fécule de maïs (dans un peu de vin)	1 cc	2 cc	3 cc
Os à moelle	1	2	3
Bouquet garni			
Huile	1 cs	2 cs	3 cs
Sel, Poivre			

Préparation : 5 mn Cuisson : 2 mn

Vider la moelle des os à l'aide d'une cuillère et taillé celle-ci en dés.

En mode dorer :

Verser l'huile dans la cuve.

Colorer les tournedos 2 minute par face.

Réserver

Confire les échalotes avec la moitié du beurre.

Ajouter le vin, le fond de veau et la fécule de maïs.

Mélanger jusqu'à ébullition

Arrêter le mode dorer.

Assaisonner.

Ajouter le bouquet garni, les tournedos et la moelle.

Lancer la cuisson sous pression pendant 2 minutes.

Retirer les tournedos, os et bouquet garni

Ajouter le beurre en fouettant.





Veau Marengo

	2	4	6
Epaulé de veau, en cubes	300 g	600 g	900 g
Oignon ciselé	1/2	1	1,5
Concassée de tomate	200 g	400 g	600 g
Carotte, en tronçons	1	2	3
Navet	1	2	3
Champignons de Paris	100 g	200 g	300 g
Vin blanc	7 cl	10 cl	15 cl
Fond de veau	5 cl	8 cl	10 cl
Persil haché	1 cs	2 cs	3 cs

Préparation : 20 mn Cuisson : 22 mn

Préparation : 20 mn Cuisson : 22 mn

Préparation : 20 mn Cuisson : 21 mn

En mode dorer :

Verser l'huile dans la cuve.

Colorer la viande.

Réserver.

Ajouter les oignons, puis le vin blanc.

Arrêter le mode dorer.

Ajouter tous les autres ingrédients sauf le persil

Assaisonner.

Bien mélanger.

Lancer la cuisson sous pression pendant 22/21 minutes.

Agrémenter de persil.





Clafouti aux cerises



Cerises	100 g	200 g	300 g
Œuf	1	2	3
Lait	15 cl	30 cl	45 cl
Sucre	30 g	60 g	90 g
Farine	20 g	40 g	60 g

Préparation : 10 mn Cuisson : 18 mn

Préparation : 10 mn Cuisson : 19 mn

Préparation : 10 mn Cuisson : 19 mn

Fouetter les œufs et le sucre jusqu'à blanchiment.

Ajouter la farine, puis le lait petit à petit.

Répartir les cerises dans les ramequins préalablement beurrés.

Verser le mélange sur les cerises.

Couvrir de film alimentaire (spécial cuisson).

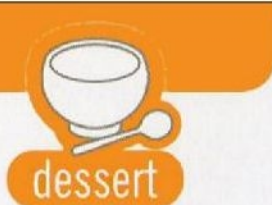
Verser 20 cl d'eau dans la cuve.

Mettre les ramequins dans la cuve.

Lancer la cuisson sous pression pendant 18/19 minutes.

Manger tiède ou, au contraire bien froid décoré de sucre glace.





Crème au chocolat blanc

2

4

6

	1	2	3
Gélatine en feuille de 2 g	17 cl	33 cl	50 cl
Lait	5 cl	11 cl	22 cl
Crème liquide	45 g	90 g	180 g
Chocolat blanc, haché	7 g	15 g	20 g
Fécule de maïs			

Préparation : 10 mn Cuisson : 0 mn

Faire tremper les feuilles de gélatine dans de l'eau froide.

Dans un bol séparé :

Délayer la fécule dans un peu de lait.

Ajouter le reste de lait et la crème.

En mode dorer :

Verser la préparation dans la cuve.

Porter à ébullition en fouettant.

Ajouter la gélatine égouttée.

Mélanger.

Arrêter le mode dorer.

Ajouter le chocolat blanc haché.

Bien mélanger au fouet pour une texture homogène.

Répartir dans des verrines.

Réfrigérer 12 heures.





Crème renversée à l'orange

	2	4	6
Œuf	1	2	3
Lait	20 cl	40 cl	60 cl
Sucre	40 g	80 g	120 g
Caramel liquide	4 cl	8 cl	12 cl
Orange bio, en suprême	1 2	2 5	3 6

Préparation : 10 mn Cuisson : 6 mn

Dans un grand bol :

Mélanger l'œuf et le sucre.

Ajouter le lait et un peu de zeste d'orange.

Répartir le caramel dans des ramequins.

Verser le mélange sur le caramel.

Couvrir de film alimentaire spécial cuisson et placer les dans le panier vapeur.

Verser 20 cl d'eau dans la cuve.

Lancer la cuisson sous pression pendant 6 minutes.

Mettre 12 heures au réfrigérateur.

Servir démouler avec les suprêmes d'oranges en garniture.

Chou-fleur à l'indienne





Faisselles aux fruits rouges

	2	4	6
Faisselles individuelles froides	2	4	6
Fraises, coupées en 4	75 g	150 g	230 g
Mûres	35 g	70 g	105 g
Myrtilles	35 g	70 g	105 g
Sucre	1 cs	2 cs	3 cs
Citron vert (zeste et jus)	1/2	1	1,5
Jus d'orange	5 cl	7 cl	10 cl
Pignons de pin grillés (facultatif)	1 cs	2 cs	3 cs

Préparation : 5 mn Cuisson : 1 mn

Egoutter la faisselle 1 h avant.

Placer les fruits rouges, le sucre, le jus de citron et le jus d'orange dans la cuve

Lancer la cuisson sous pression pendant 1 minute.

Sur les faisselles, poser les fruits tièdes.

Décorer de zeste de citron et pignons.





Panaccotta aux fraises

2

4

6

	1	2	3
Feuilles de gélatines de 2g	1	2	3
Lait	5 cl	10 cl	15 cl
Crème liquide entière (30% MG)	15 cl	30 cl	45 cl
Sucre	15 g	30 g	45 g
Gousse de vanille grattée	1/3	2/3	1
Fraises	200 g	400 g	600 g
Miel liquide	1 cs	2 cs	3 cs

Préparation : 10 mn Cuisson : 0 mn

Faire tremper les feuilles de gélatine dans de l'eau froide.

Verser le miel dans la cuve.

En mode dorer :

Faire fondre le miel.

Ajouter les fraises.

Compoter 5 minutes.

Retirer les fraises. (Garder le jus dans la cuve)

Verser le lait, la crème, le sucre, la vanille et la gélatine égouttée dans la cuve.

Remuer et porter à ébullition.

Arrêter le mode dorer.

Répartir dans de jolies coupelles.

Garder au froid 12 heures.

Servir avec des fraises.





Pudding amandes et abricots

	2	4	6
Œufs	1	2	3
Financiers émiettés	75 g	150 g	225 g
Poudre d'amande	25 g	50 g	75 g
Lait	10 cl	20 cl	30 cl
Oreillons d'abricot au sirop	4	8	12
Amandes effilées grillées pour décorer			

Préparation : 10 mn Cuisson : 20 mn

Préparation : 10 mn Cuisson : 30 mn

Préparation : 10 mn Cuisson : 40 mn

Dans un bol séparer :

Mélanger l'œuf, les financiers émiettés, la poudre d'amande, le lait et les abricots.

Verser la préparation dans un moule à charlotte chemisé de papier cuisson et recouvert de film alimentaire spécial cuisson.

Placer le dans la cuve.

Ajouter 40 cl d'eau.

Lancer la cuisson sous pression pendant 20/30/40 minutes.

Garder au froid pendant 8 heures.

Démouler.

Décorer d'amandes effilées.

