TABLE ALPHABET

LETTRE A.....28
LETTRE B.....43
LETTRE C.....93
LETTRE DE.....248
LETTRE FGH.....288
LETTRE IJKL.....383
LETTRES MNOP.....437
LETTRES QRST.....651
LETTRES UVWWXYZ.....896
VIANDES.....896
POISSONS.....901
LEGUMES.....901
DESSERTS.....910

SPECIALES FETES....992
Bébés recettes....1046

TABLE COMPLETE

LETTRE A....28
AGNEAU....29
Agneau forestier....29
Agneau aux légumes verts....30
Axoa de veau....30
Agneau aux légumes de printemps....31
DESSERTS....31
Ananas aux palets breton....31
POISSONS....32
Aïoli provencal....32
Artichauts sauce au thon....32
LEGUMES....33
Aubergines tomates....33
VOLAILLES....34
Aiguillettes de dinde au curry 4 PP 5SP....34
Aiguillettes de poulet aux légumes ww 4PP 5SP....34
Aiguillettes de poulet à l'orange....37
Aiguillettes de poulet au munster....37
Aiguillettes de canard à l'échalote....37
Aiguillettes de canard au miel....38
Aiguillettes de poulet aux légumes ww....39
Aiguillettes de poulet aux légumes....39
Aiguillettes de poulet aux mangues caramélisées....40
Alouettes....40

PORC 41
Andouillettes au vin blanc 41
Andouille camembert pommes de terre 42
Andouillettes pommes de terre 42
Andouillettes aux légumes 43
LETTRE B 43
VOLAILLES 43
Blanc de poulet sauce à l'orange 44
Blanc de poulet à l'estragon 44
Blanc de poulet sauce boursin 45
Blancs de poulet et pommes de terre 46
Blanquette de dinde ww 46
Blanquette de dinde poireaux 48
Blésotto aux champignons et poulet 48
Blésotto aux courgettes et poulet 49
Ballotins de foie gras au figue 49
Bouchée à la reine 50
VEAU 51
Blanquette de veau à la menthe 51
Blanquette de veau à ma façon 51
Blanquette de veau carottes pommes de terre 52
Boulettes de veau 52
Blanquette de veau à l'ancienne 53
AGNEAU 53
Baeckeoffe 53
Blanquette d'agneau à la menthe 54
BŒUF 55
Bobun 55
Boeuf forestier weight watchers 56
Boeuf mijoté 56
Bœuf moussaka 57
Bolognaise 58
Boulettes à la menthe 59
Boeuf à la catalane 60

Boeuf au caramel 60
Boeuf carottes.....61
Boeuf braisé à la guinness 62
Boeuf aux olives 62
Boeuf bourguignon revisité 63
Boeuf bourguignon à la moutarde.....63
Boeuf bourguignon à ma façon 64
Boeuf bourguignon 64
Boeuf carottes maison

Cookeo

Boeuf carottes maison au cookeo

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes
600 g de viande à bourguignon
100 g d'oignons congelés
200 g de carottes congelées
25 cl d'eau
25 cl de vin rouge
1 cube de bouillon de bœuf
2 cuillères à café de concentré de tomates
Poivre
Sel

Préparation
Rendez-vous dans la rubrique des recettes préprogrammées et choisissez bœuf bourguignon.
Sélectionnez 4 personnes et démarrez la recette.
Versez de l'huile dans la cuve et faites dorer les oignons puis ajoutez la viande.
Ajoutez les carottes dans la cuve et versez le verre d'eau et le verre de vin rouge. Poivrez et salez. Emiettez le cube de bouillon de bœuf.
Arrêtez la fonction dorer et démarrer la cuisson (le temps s'affiche automatiquement.
Quand la cuisson est terminée ajoutez 2 cuillères à café de concentré de tomates et mélangez. Servez chaud.

.....65
Boeuf carottes.....65
Boeuf carottes pommes de terre.....66
Boeuf riz légumes.....66
Boeuf Strogonoff.....67
Boeuf tomate au riz.....68
Boeuf bourguignon à ma façon 69
Boeuf bourguignon moutarde 69
Boeuf tomate.....70
Boeuf mode maison 70
Boeuf sauté aux oignons 71
Boeuf moutarde.....71

BOULETTES BOEUF....72
Boulettes basquaise....72
Boulettes sauce tomate et carottes....73
Boulettes à la provençale....73
Boulettes de boeuf courgettes....74
Boulettes de bœuf aux champignons....74
Boulettes de boeuf et coquillettes aux poivrons....74
Boulettes de boeuf paprika et riz....75
Boulettes de boeuf marocaine....76
Boulettes de boeuf façon ragoût....77
Boulettes Kefta....77
Boulettes pommes de terre tomates....78
Boulets à la liégoise....78
Boulettes sauce tomate et carottes....78
Boulettes sauce tomate....79
PORC....80
Boudins noirs natures....80
Blanquette de porc....81
Blé aux lardons et légumes....81
Blé au chorizo....82
Boudins blancs à la provencale....83
Boudins blancs aux pommes....84
Boucané aux pommes de terre....84
Boulettes de viande au chorizo....86
Boulettes et merguez façon tajine....86
POISSONS....87
Blancs d'encornets sauce tomate....87
Blanquette de poissons....87
Brandade de haddock....88
Brandade de morue à sa façon....88
Brandade de morue....89
Bouillabaisse de morue....89
DESSERTS....89

Brioche perdue au pudding 90
LEGUMES 91
Bettes aux 3 fromages 91
Blanquette de poireaux 92
LETTRE C 93
VIANDES 93
AGNEAU 93
Cotelettes d'agneau 93
PLATS COMPLETS 94
Carottes bolognaise 94
Cassoulet 94
Cassoulet 94
Cassoulet pas cher 95
Cassoulet à ma façon 95
Cassoulet 96
Cassoulet franc Comtois 96
Chili Moulinex 97
Chili revisité 97
Chili à ma façon 98
Chili con pollo 98
Choucroute 99
Choucroute alsacienne 100
Choucroute 100
Couscous Moulinex 101
Couscous boulettes express 101
Couscous boulettes 102
Couscous de cailles aux raisins 102
Couscous aux épices douces 5 PP 5 SP 103
Couscous express aux légumes 103
Couscous express 104
Couscous agneau 104
Couscous poulet merguez 105
Couscous 105
Couscous Poulet merguez 106

PORC 106
Carry de porc 106
Chair à saucisses aux légumes 107
Chipolatas à la tomate 107
Chipolatas et gnocchis 108
Chou rouge au lard 109
Choux verts et saucisses 109
Colombo de porc à la banane 110
Colombo de sauté de porc ➽➽➽ 111
Coquillettes à la vache qui rit➽➽➽ 111
Coquillettes knacki tomates 111
Côtes de porc poêlée maraîchère 112
Côtes de porc champignons curry 113
Côtes de porc à la moutarde 113
Côtes de porc roquefort 114
Côtes de porc sauce charcutière 114
Côtes de porc à la potée de légumes 115
Côtes de porc aux pruneaux 115
Côtes de porc en bonne compagnie 116
Côtes de porc poêlée maraîchère 116
Côtes de porc haricots verts- 117
Côtes de porc pommes de terre 117
Courgettes riz lardons 118
Crépinettes au porto 118
Crépinettes sauce curry 119
Crépinettes à la sauce provençale 119
Crépinettes porc tomate 120
Côte de porc champignons curry 121
Côtes de porc à la tomate 121
Côtes de porc au boursin 122
Courgettes chèvre lardons 123
Crépinettes au paprika 124
Crépinettes de porc à la tomate 124

BOEUF 126
Carbonade Moulinex 126
Carbonade 127
Carbonnade 128
Carbonnade de boeuf 128
Coquillettes aux boulettes de boeuf 129
Courgettes vache qui rit viande hachée 129
Courgettes rondes farcies 130
VOLAILLES/GIBIERS 131
Cari réunionnais 131
Carry ailes de poulet 132
Cari de poulet 132
Cailles aux pommes de terre 133
Cailles au vin blanc 133
Canette miel romarin 134
Canette aux olives 134
Canard aux agrumes 135
Canard aux agrumes 136
Canard à l'orange 136
Cailles au miel 137
Cailles au vin rouge 137
Choux fleur tomate escalope 137
Colombo de poulet 138
Colombo de poulet Antillais 139
Colombo de poulet à l'antillaise 139
COQ AU VIN 140
Coq au vin 141
Coquillettes aux aiguillettes de poulet 141
Coq au vin 142
Coquelets en barbouille 142
Curry poulet 143
Curry de poulet 143
Curry de volailles 144
Curry de poulet pommes de terre 144

Cuisses poulet haricots verts 145
Cuisses de poulet poivron courgettes 145
Curry de poulet à l'ananas 146
Cuisse de dinde pommes de terre version 1 146
Cuisses de dinde aux pommes de terre 147
Cuisse de pintade et choux fleur 147
Cuisse de dinde forestière 148
Cuisse de dinde à la moutarde 148
Cuisses de dinde et petits légumes 149
Cuisses de dinde au quinoa 150
COQUILLETTES 150
Coquillettes au Boursin W Watchers 150
Coquillettes aiguillette de poulet 151
Coquillettes steaks hachés fromage 151
Coquillettes poulet chou-fleur 152
Coquillettes à la vache qui rit 153
Coquillettes knacki tomates 153
CUISSES CANARD 154
Cuisses de canard aux carottes et courgettes 154
Cuisses de canard au miel 154
Cuisses de canard à l'orange 155
CUISSES DE POULET 156
Cuisses de poulet au cidre 156
Cuisses de poulet au vin rouge 157
Cuisses de poulet au gingembre 157
Cuisses poulet poivrons courgettes 158
Cuisses de poulet au curry 159
Cuisses de poulet à la moutarde 160
Cuisses de poulet aux endives 160
Cuisses de poulet aux champignons 161
Cuisses de poulet au gingembre 161
Cuisses de poulet façon vapeur 162
Cuisses de poulet et riz 162

Cuisses de pintade au riz 163
Cuisses de poulet aux légumes 163
Cuisses de pintade au chou 164
Cuisses de poulet et pommes de terre 164
Cuisses de poulet aux champignons 165
Cuisses de poulet aux endives 166
Cuisses de poulet méridionale 166
Cuisses de poulet champignons courges 167
Cuisses de poulet vapeur 167
Cuisses poulet poivron courgettes 168
Cuisses de poulet aux câpres 168
POISSONS 169
Cabillaud lait de coco 169
Cabillaud aux petites crevettes 170
Cabillaud et jardinière de légumes 170
Calamars à la provençale 171
Cari de crevettes et riz 171
Cari de langoustes façon réunionnais 172
Cassollettes fruits de mer 173
Choucroute de la mer 173
Chou chinois aux Saint Jacques 174
Coeur de filets de merlu provençal 174
Cocotte de moules au lard et safran 175
Colin à la provençale 175
Colin crevettes curry 176
Colombo de sole 177
Coquillages du midi 177
Coquillettes aux médaillons de saumon 178
Courgettes et morue au miel 179
Crevettes et blanc d'encornets 179
Crevettes coriandre 180
Crevettes au riz 181
Crevettes cocktail de fruits de mer 181

Coktail 3 fruits de mer et riz 182
Crevettes sur fondue de poireaux 183
Curry de limande➽➽➽ 183
LEGUMES 184
Carottes crème fraîche paprika 184
Carottes aux oignons 185
Carottes bolognaise 185
Carottes carbonara version 2 186
Carottes carbonara 186
Carottes glacées au chorizo 187
Carottes aux oignons➽➽➽ 187
Carottes à la crème 188
Carottes au cumin 188
Caviar d'aubergines 189
Champignons oignons crème fraîche 190
Choux rouge 191
Chou chinois au gingembre 191
Courgettes Roquefort 192
Courgettes bolognaise 192
Compotée d'endives 193
Compotée de légumes 194
Courgettes vache qui rit 194
Courgettes au chèvre 195
Courgettes et tomates au Boursin 195
Crème de carottes 196
DESSERTS 196
Cerise au sirop 196
Charlotte ménagère 197
Cheesecake citron speculoos 197
Chocolat maison à l'ancienne 198
Clafoutis aux abricots 199
Clafoutis aux cerises 199
Clémentines menthe pignons 200

Coeur coulant au chocolat 200
CONFITURES 201
Confiture de fraises 201
Confiture de fraises express 201
Confiture de fraise à la menthe 202
Confiture abricots vanille 203
Confiture ananas vanille 203
Confiture de lait 204
Confiture de figues 204
Confiture de mirabelles 205
Confiture de mûres 205
Confiture pommes orange 206
Confiture de pommes 207
COMPOTES 208
Compotes 208
Compote abricots 209
Compote pommes ananas 209
Compote pommes pêches 210
Compote pommes orange 210
Compote pommes poires 211
Compote de pommes à la canelle 211
Compote pommes ananas 212
Compote pommes banane 212
Compote pommes abricots 213
Compote pommes cerises 213
Compote pommes framboises 214
Compote pommes groseilles 214
Compote pommes nectarine 215
Compote pommes pruneaux 215
Compote pommes raisins 216
Compote pommes rubarbe 216
Compote pommes myrtilles 217

Compote pommes spéculoos 217
Compote pommes poires 218
Compote pommes pêches 218
Compote pommes mangues 219
Compote pommes kiwis 219
Compote poires banane 220
Compote de pommes bretonne 221
Compote pommes fraises 221
Coulis aux fruits rouges 224
CREMES 224
Crème chocolat ➽➽➽ 224
Crème légère au chocolat➽➽➽ 224
Crème dessert minute 225
Crème à la clémentine 226
Crème à la fleur d'oranger 226
Crème à la pralinoise 227
Crème dessert vanille 228
Crème à la rose 229
Crème à la pistache 229
Crème à la vanille sans oeuf 230
Crème au beurre salé 230
Crème au carambar 231
Créme au carambar 2 231
Crème au café 232
Crème au caramel 232
Crème au citron 233
Crème au miel 233
Crème aux oeufs 234
Crème au pain d'épices 234
Crème au spéculoos 235
Crème au spéculos 236
Crème brûlée au carambar 236
Crème citron pour tarte 237

Crème chocolat danette 237
Crème chocolat grand Marnier 238
Crème chocolat ou vanille 238
Crème au chocolat yaourt liégois 239
Crème au chocolat lait soja 239
Créme au chocolat blanc 240
Crème noix de coco 240
Crème renversée 241
Crème renversée version Nadine 242
Crème renversée au Nutella 242
Crème légère vanille 243
Crème Tahitienne 243
Confiture de prunes rouges 244
Clémentines menthe pignons 245
Couscous poire miel 246
LETTRE D 248
VIANDES 248
BOEUF 248
Daube de boeuf 248
Daube provençale 249
VOLAILLES/GIBIERS 249
Dinde à la crème fraîche➽➽➽ 249
Dinde à la moutarde 250
Dinde à l'indienne 250
Dinde crème chorizo 251
Dés de poulet courgettes au Boursin 251
PORC 252
Duo de fleurettes aux dés de jambon 252
BOEUF 252
Ebly bolognaise 253
Endives et petites boulettes 254
Emincés de boeuf en sauce 254
PORC 255
Endives braisées sauce jambon 255

Endives au jambon 255
Endives à la concoillotte 256
Endives au Boursin 256
VEAU 257
Escalopes à la viennoise 257
Escalopes de veau à sa façon 257
Escalopes de veau et dinde à la crème 258
Escalopes de veau en papillote 258
ENDIVES CUISINEES 259
Endives à la concoillotte 259
Endives au jambon pommes de terre 259
Endives au jambon 260
Endives et champignons 260
Endives et petites boulettes 261
Endives et émincés de dinde 261
Endives farcies 262
Endives boursin 262
EMINCES 263
Emincés de dinde aux poivrons et pommes de terre 263
Emincés de dinde 3 couleurs 263
Emincés de dinde au curry 264
Emincés de dinde aux endives 264
Emincés de dinde tomates et haricots blanc 265
Emincés de dinde aux cotes de blette 265
Emincés de poulet à la moutarde 266
Emincés de poulet spéculoos 266
Emincés de poulet au safran 267
Emincés de poulet petis pois 267
Emincés de poulet à la mexicaine 268
Emincés de poulet à la tomate ww 268
Emincés de poulet sauce crème 269
ESCALOPES 269
Escalopes à la tomate 269
Escalopes sauce poivron 270

Escalopes de dinde crème champignons....270
Escalopes de dinde aux haricots verts....271
Escalopes de dinde veau à la crème....271
Escalopes à la tomate....271
Escalopes de poulet basquaise➳➳➳....272
Escalopes poulet moutarde....273
Escalopes de poulet aux petits pois....274
Escalopes de poulet aux légumes....274
Escalopes à la Viennoise....275
POISSONS....277
Darnes de thon aux légumes....277
Dorades aux légumes....278
Dos de cabillaud à l'italienne....278
Dos de cabillaud du jardin....279
Dos de cabillaud provencale....279
Dos de cabillaud à la provencale....280
Dos de cabillaud au champagne....280
Dos de cabillaud à l'orientale....281
Duo de poissons au trio de choux....281
Encornets à la tomate et aux poivrons➳➳➳....282
Encornets et pommes de terre....283
Encornets sauce tomate....283
Encornets tomate....284
Epinards crème fraîche poisson....285
LEGUMES....287
Duo fleurettes aux dés de jambon....287
DESSERTS....287
Danettes au cappuchino....287
LETTRE FGH....288
VIANDES....288
VEAU....289
Filet mignon de veau au Saint Agur....289
Fajitas garniture....290

Farfalles à la carbonara 291
VOLAILLES 291
Faisan ou canard au lard 291
Filets de poulet à la concaillote 293
Filets de canard pommes miel 293
Filets de poulet endives 294
Foie de volaille aux pommes 294
Foie gras 295
Fondue de poireaux vache qui rit 295
Fricassée de poulet aux olives 295
AGNEAU 296
Filet mignon d'agneau au roquefort 296
FILETS MIGNON 297
Filet mignon de porc aux lentilles 297
Filet mignon aux légumes 297
Filet mignon à la crème de moutarde 298
Filet mignon Maroilles 298
Filet mignon de porc aux oignons 299
Filet mignon au paprika 299
Filet mignon au Boursin 300
Filet mignon au camembert 301
Filet mignon en sauce 301
Filet mignon au roquefort 302
Filet mignon à la crème 303
Filet mignon de porc abricots secs 304
Filet mignon aux pommes et cidre 305
Filet mignon au Maroille 305
Filet mignon aux 2 moutarde et pdt 306
Filet mignon aux cerises 306
Filet mignon de porc aux oignons 307
Filet mignon pissaladière 308
Filet mignon porc curry miel 309
Filet mignon au Saint Agur 309
Filet mignon en croûte d'épices 309

Filet mignon tomates 310
Filet mignon en sauce 311
FARFALLES 312
Farfalles aux artichauts 312
Farfalles carbonara 313
Fondue de poireaux vache qui rit 314
VOLAILLES/GIBIERS 315
Gésiers et foies de volailles au Banyuls 315
Gésiers de volaille aux petits pois 316
Gnocchis tartare poulet 317
PORC 318
Goulash 318
Gratin dauphinois au jambon 319
Gratin chou fleur jambon 319
Gratin de pommes de terre saucisses 320
BOEUF 321
Goulash façon Joël Robuchon 321
Goulash de boeuf 322
GRATIN 322
Gratin dauphinois au jambon 322
Gratin de patates douces à l'agneau 323
Gratin express et saucisses fumées 323
Gratin au jambon 324
AGNEAU 324
Harira 324
BOEUF 325
Haché riz légumes 325
Goulash 326
Hachis carmarguais 326
Hachis parmentier Moulinex 327
Hachis parmentier de boeuf 327
Hachis parmentier de patates douces 328
POISSONS 330
Fondue de Poireaux et noix de St Jacques 332

Filet de cabillaud à la moutarde 333
Filets de julienne et brumoise de légumes 334
Filets de lieu noir moutarde 335
Filets de poissons sauce orange 335
Filets de saumon poireaux➽➽➽ 336
Filets de plie aux légumes 336
Filets de poisson au curry 337
Filets de sole aux fruits de mer 337
Flan au crabe 338
Flan thon tomates 339
Fusillis saumon Moulinex 339
Fusillis au saumon 340
Gambas fraîches aux légumes 341
Gratin de thon aux champignons 341
Gambas à l'armoricaine 342
Hachis parmentier de poissons 343
LEGUMES 343
Flan courgette carotte 344
Flan de patates douces

..... 345

Frites à l'ail 345
Fondue de poireaux vache qui rit 345
Fusillis au roquefort 346
Gaspacho de concombre 347
Gratin chou fleur 348
Gratin dauphinois maison 349
GNOCCHIS 350
Gnocchis tartare poulet 350
Gnocchis lardon roquefort 350
Gnocchis à la carbonara 351
Gnocchis au camembert 351
Gnocchis aux 4 fromages 352
Gnocchis chèvre bacon 352
Gnocchis tomate et safran 353
Gnocchis au saumon 354
Gnocchis au curry 354
Gnocchis au safran 355
Harira de légumes 356
Haricots verts forestiers 357
Haricots forestiers 357
Haricots blancs et carottes fondantes 359
DESSERTS 359
Flan 360
Flan pâtissier sans pâtes 360
Flan aux abricots 361
Flan chocolat 2 361
Flan au chocolat 1 362
Flan au lait 363
Flan au lait et noisettes 363
Flan aux oeufs 364
Flan aux oeufs 2 364
Flan Bounty 365
Flan traditionnel portugais 365
Flan d'Autonme 366

Far breton à la crème de marron....366
Fondant au chocolat 367
GATEAUX....369
Gâteau de semoule au fromage 369
Gâteau à l'ananas 370
Gâteau à l'harissa....371
Gâteau au chocolat....372
Gâteau au yaourt....372
Gâteau au chocolat au Banania....373
Gâteau au chocolat Nesquick sans oeuf 373
Gâteau yaourt chocolat....373
Gâteau yaourt Milie 374
Gâteau aux poires....375
Gâteau aux pommes épicées 376
Gâteau pommes cannelle....377
Gâteau choco bounty....377
Gâteau chocolat banane 378
Gâteau de pain perdu 378
Gâteau léger à l'ananas....379
Gâteau moelleux au carambar 379
Gâteau moelleux au chocolat....380
Gâteau moelleux au chocolat 2....380
Gâteau moelleux au chocolat 3....381
Gâteau nature....381
Génoise 382
Gâteau rapide au chocolat....382
Glace au Nutella➽➽➽....383
LETTRE IJKL....383
VIANDES....383
PORC 384
Jambon au Chablis....384
Jambalaya à ma façon 385
Jambalaya....385
Jambon à poêler façon rustique 386

Jambon persillé 386
Jardinière de légumes au lard fumé 387
Jardinière pour famille nombreuse 387
Jarret de porc et mojettes 389
Jarret de porc fumé aux lentilles 389
Joue de porc au cidre 390
Joue de porc pomme de terre carottes 390
Joue de porc Savora 390
BOEUF 391
Jarret de boeuf au vin rouge 392
Jarret de boeuf à la tomate 393
Joue de boeuf aux carottes 394
Joue de bœuf façon chili 395
LAPIN 396
Lapin causette 396
Lapin entrelardé 397
Lapin aux pruneaux 398
Lapin landais 399
Lapin cidre raisin basilic 399
Lapin marengo 400
Lapin à la moutarde 400
Lapin à la moutarde 400
Lapin aux olives 401
Lapin Riesling et girolles 402
Lapin gibelotte 402
Lapin à la bière 403
Lapin gibelote 403
Lapin pommes de terre abricots secs 404
Lapin chasseur 405
Lapin au vinaigre miel et pruneaux 406
Lapin au Boursin 406
Lapin aux poivrons 407
Lapin à la moutarde 408

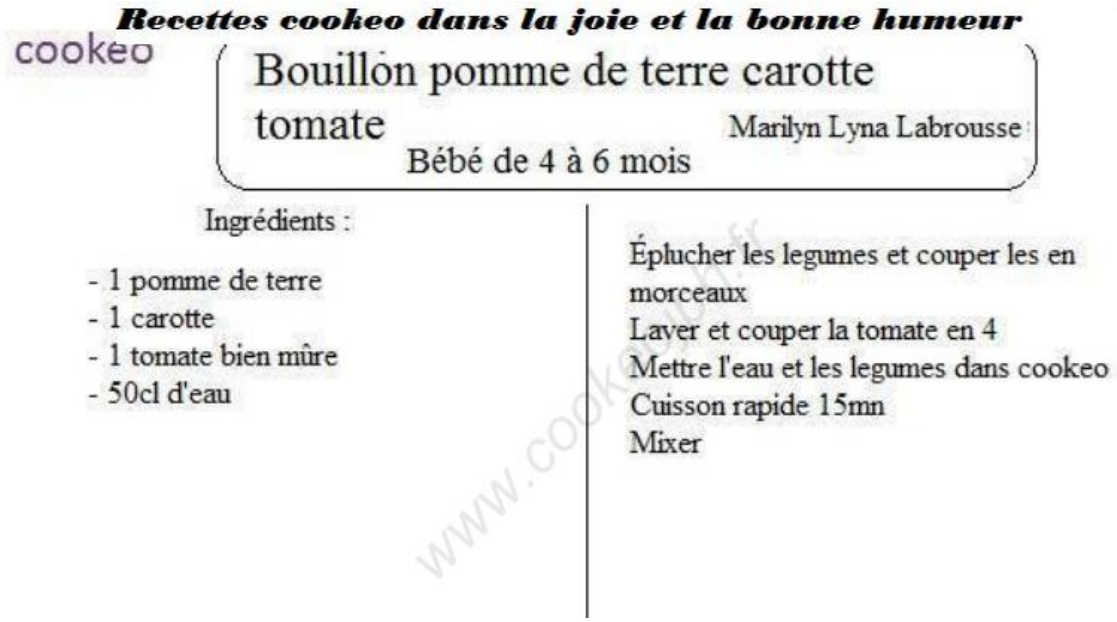
Lapin aux pruneaux 409
Lapin tomates basilic 409
AGNEAU 410
Langues d'agneau aux câpres 410
BOEUF 410
Langues de boeuf et légumes 410
PORC 411
Lentilles saucisses 411
Lentilles saucisses Tonton Marc 412
Longe de porc et pommes de terre 412
Longe de porc à la moutarde 413
Longe de porc à la tomate 413
Longe de porc au curry 413
Longe façon bourguignon 414
Longe de porc et pommes de terre 415
POISSONS 415
Langoustines fraîches 417
Lotte aux lardons 418
Lotte à l'américaine 418
Les coquillages du midi 419
Lieu jaune au fenouil 420
Linguines au poivron et filet de cabillaud 421
Lotte en piperade 422
LEGUMES 422
Lasagnes d'aubergines 423
Légumes sautés au tofu 423
Lentilles à la marocaine 424
DESSERTS 424
Iles flottantes 425
SPECIALES FETES 434
Ananas caramel 992
Ballotins de foie gras 993

Blanquette saumon romarin....993
Bouchées à la reine....994
Cailles aux pommes de terre....994
Cailles au vin blanc....995
Canard aux agrumes....996
Canard à l'orange....996
Cailles au miel....997
Canettes miel....997
Cailles farcies....998
Cailles raisins vin jaune....998
Civet de marcassins....999
Charlotte....999
Chou farci....1000
Cocotte de cabillaud....1000
Crème brûlée foie gras....1001
Crème citron....1002
Crème potimarron....1002
Cuisses pintade chou fleur....1003
Dos de chevreuil....1003
Filet de canard pommes miel....1004
Filet mignon girolles....1004
Filet mignon foie gras....1005
Flan crabe....1005
Fondant chocolat chataignes....1005
Gâteau pain perdu....1006
Gambas tomate....1007
Gambas aux légumes....1007
Gambas à l'armoricaine....1008
Génoise....1008
Gigot d'agneau....1009
Gratin fruits de mer....1009
Hachis de confit de canard....1010
Homard armoricaine....1011
Iles flottantes....1011

Lapin vin blanc 1012
Lapin à la bière 1012
Lapin Riesling et girolles 1013
Lapin gibelote 1013
Lentilles foie gras 1014
Lotte bourguignonne 1014
Magret de canard à l'orange 1015
Magret de canard au miel 1015
Magrets aux asperges et poivre 1016
Magrets de canard aux pêches 1017
Magret de canard pommes poires 1017
Magret de canard caramel 1018
Magret de canard 1019
Magret canard mirabelles 1019
Marmelade orange 1020
Moelleux aux pommes 1020
Noix de Saint Jacques crevettes 1021
Noix de Saint Jacques coco 1021
Œufs cocotte camembert 1022
Œufs poussins 1022
Œuf saumon 1023
Pain de thon 1023
Pain aux 3 viandes 1024
Papillote ananas mandarine 1024
Pâté 1025
Paupiettes foie gras 1025
Pintade aux cèpes 1026
Poires Belle Hélène 1026
Poire Belle Héléne 1 1027
Poire Belle Héléne 2 1027
Poires au vin et aux épices 1028
Prunes en crumble de muesli 1029
Pudding rose et framboises 1030
Queue de langouste 1031

Queue de lotte au whisky 1032
Râgout mouton 1032
Ravioles de cèpes 1033
Risotto boudins blancs et champignons 1033
Risotto escargots 1034
Risotto aux cèpes 1034
Risotto escargots 1035
Risotto Saint Jacques 1035
Risotto gambas clémentines 1036
Rôti de sanglier à l'hypocras 1036
Saint Jacques et fondu de poireaux 1037
Saumon homard 1037
Saumonette 1038
Sauté de cerf 1038
Saint Jacques chablis 1039
Soupe à l'oignon 1039
Terrine lapin 1040
Terrine marine 1040
Terrine sanglier 1041
Terrine canard 1041
Terrine de lapin 1042
Terrine de pigeon 1042
Terrine de poire et épices 1043
Terrine saumon 1044
Tourte saumon 1044
Truffade 1045
Veau farci 1045
Vol au vent 1046
Bébés recettes 1046
Bouillie légumes 1046
Bouillon pommes de terre brocolis 1047
Bouillon pommes de terre carottes 1047
Bouillon pommes de terre petits pois 1048

Bouillon pommes de terre carotte tomate



.....1049
Cabillaud petits légumes 1049
Compote pommes abricot.....1049
Compote pommes abricots secs.....1050
Compote pommes bananes chocolat.....1050
Compote pommes poires citron 1051
Compote pommes poires biscuits.....1052
Compote fruits rouges.....1052
Compote pommes fraises cannelle.....1053
Compote pommes banane pruneau 1053
Mousse brocolis 1054
Pommes de terre haricots plats.....1054
Pommes de terre patates douces 1055
Purée pommes de terre aubergines 1055
Purée carotte céleri poulet.....1056
Purée carottes poivron.....1056
Purée patate douce navet 1057
Purée pommes de terre citrouille.....1057
Purée pommes de terre chataignes.....1058
Purée pommes de terre courges 1058
Purée pommes de terre courgettes artcihauts.....1059
Purée pommes de terre oignons 1059

Purée pommes de terre betteraves 1060
Purée pommez de terre carottes 1060
Purée pommes de terre petits pois carottes 1061
Purée pomme de terre potimarron 1061
Risotto poireaux 1062
Soupe blanche 1062
Soupe carottes tomates 1063
Soupe légumes fromage frais 1063
Soupe pommes de terre courgettes 1064
Soupe pommes de terre carottes 1064
Soupe orange 1065
Soupe potimarron oignon 1065
Soupe rouge 1066
Soupe verte 1066

LETTRE A

AGNEAU

Agneau forestier

Agneau forestier

	2	4	6
Cubes de 30/40 g d'épaule d'agneau farinés	400 g	800 g	1.2 kg
Oignon elé et ciselé	1	2	3
Carottes, pelées et taillées en batonnets	100 g	200 g	300 g
Champiognons de Paris, girolles, cèpes, lavés	200 g	400 g	600 g
Bouquet garnis	1	1	1
Ail pelé, dégermé et haché	1 gousse	2 g	3 g
Pommes de terre épluchées, coupées en gros morceaux	200 g	400 g	600 g
Huile végétale	1 cs	2 cs	3 cs
sel et poivre			
Eau	10 cl	15 cl	20 cl

2P Préparation : 15 mn Cuisson : 15 mn
4P Préparation : 15 mn Cuisson : 15 mn
6P Préparation : 15 mn Cuisson : 14 mn

Préparation :
Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage
Colorer les cubes de viande (en plusieurs fois si besoin).
Retirer la viande.
Faire sauter les champiognons.
Arrêter de dorer
Ajouter l'eau, la viande et les autres ingrédients en terminant par les pommes de terre.
Assaisonner.
Cuisson

Recettes Tradition

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

Agneau aux légumes verts

Moulinex cookeo

Agneau aux légumes verts

Lopes Tatiana

Ingrédients :

Pour 3 personnes
-3 morceaux d'épaule d'agneau
- 1 oignon émincé
- 3 poignets de petits pois
- 3 poignets de brocoli
- 300gr d haricot vert
- 2 grosses pommes de terre
-1 marmite de bouillon de légumes knorr
-1 cube d ail (acheté chez mon épicier marocain)
- 400 ml d'eau

En 'mode dorage
faire revenir la viande et l 'oignon dans un peu d huile d'olive.
Rajouter les légumes et mettre en mode cuison rapide pendant 15 min .

Bon appetit !

Axoa de veau

cookeo

Axoa de veau

Stéphanie Zamprogna

Ingrédients :

Pour 4 personnes :
- 1 kg d'épaule de veau (ou blanquette),
- 1 oignon,
- 8 piments verts doux,
-1 poivron rouge,
- 1/2 botte de persil,
- 1 gousse d'ail,
- 3 branches de thym,
- 2 feuilles de laurier,
- 20cl de bouillon,
- 2 c a soupe d'huile,
- 1 c a café de piment fort d'Espelette,
- sel.

Peler puis émincer l'oignon et l'ail. épépiner les piments et le poivron puis détailler les en petits morceaux. En mode dorer quelques minutes. pendant ce temps, ciseler le persil. couper en petits morceaux la viande (ou demandez a votre boucher de le hacher gros). Ajouter les dans le cookeo avec le persil, le thym, le laurier et le piment, saler. Laisser dorer 5minutes puis ajouter le bouillon et passer en cuisson rapide 20mn. Une fois que c'est cuit, repasser en mode dorer pour que l'eau s'évapore pendant 10mn. servir avec des pommes de terrecuites à part.

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

cookeo

Agneau aux légumes de printemps

Moulinex cookeo

Agneau aux légumes de printemps

Corinne Croisille

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

1 épaule d'agneau
2 cuillères à soupe de farine
1 c à soupe de concentré de tomate
1 oignon
1 bouquet garni
400g de carottes
12 pommes de terre nouvelles
300g de petits pois (frais ou surgelés)
8 navets nouveaux
3 cuillères à soupe d'huile d'olive

Taillez l'épaule d'Agneau en morceaux.
Mettre Cookéo en manuel et dorer.
Mettre l'huile d'olive/
Faites dorer les morceaux d'agneau.
Ajoutez l'oignon émincé et faites-le dorer.
Ajoutez le concentré de tomate et la farine.
Ajoutez le vinc blanc, 30cl d'eau, le bouquet garni, sel et poivre.
Epluchez les légumes et les mettre dans le cookeo.
Passez en mode cuisson 1h.

DESSERTS

Ananas aux palets breton

Moulinex cookeo

Ananas aux palets breton

Elodie Dubus-Domagala

Ingrédients :

pour 4 personnes :

1 ananas (en boite ou frais) ,
1 citron,
6 palets breton,
100g de sucre roux,
1 baton de vanille
(marche aussi avec de concentree quelques gouttes)

en mode cuisson rapide 15min :
couper l'ananas en morceaux, saupoudrer avec le sucre roux, ajouter la vanille (soit le baton fendu en deux ou 5 gouttes de concentree), le jus du citron, et 200ml d'eau.

laissez tiedir mettre dans une assiette sans le jus et émiettez les palets breton dessus .

POISSONS

Aïoli provencal

cookeo

Aïoli provençal de Sandrine

Sandrine Pellot

Ingrédients :

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

Artichauts sauce au thon

Cookeo Moulinex

Artichauts sauce au thon

Ingrédients pour 4 personnes

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

Préparation

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

Placez au frigo.

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

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

LEGUMES

Aubergines tomates

Cookeo Moulinex

Aubergines à la tomate

Ingrédients pour 4 personnes

4 aubergines
2 cuillères à soupe de concentré de tomates
Quelques branches de persil
1 verre de vin blanc
200 ml d'eau
Huile d'olive
2 gousses d'ail
Sel
Poivre

Préparation

Lavez vos aubergines et coupez les en morceaux . Lavez et ciselez le persil .Coupez l'ail en morceaux .
Passez en mode dorer ,versez de l'huile d'olive dans la cuve puis faites revenir les morceaux d'ail et les morceaux d'aubergines .Ajoutez le persil.
Versez le verre de vin blanc et l'eau .
Salez et poivrez.
Ajoutez les 2 cuillères à soupe de concentré de tomates et mélangez les ingrédients.
Passez en mode cuisson rapide ou cuisson sous pression et programmez 10 mn . Servez chaud.

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

VOLAILLES

Aiguillettes de dinde au curry 4 PP 5SP

Cookeo Moulinex

Aiguillettes de dinde au curry 4 PP

Ingrédients pour 4 personnes

400g d'escalopes de dinde ou poulet

1 échalote

Gingembre

500g de carottes

2 cc d'huile d'olive

2 cc de curry

1 cc de fond de veau et volaille

100g de crème fraîche allégée à 4 ou 5%

200 ml d'eau

Sel et poivre

Préparation :

Coupez les escalopes de dinde en aiguillettes. Pelez et hachez l'échalote puis le gingembre. Pelez et taillez les carottes en allumettes.

Mode dorer

Faites dorer la viande avec l'échalote puis incorporez tous les ingrédients, mettez de l'eau

Cuisson rapide pendant 9 mn.

Ajoutez la crème fraîche à la dernière minute.

Aiguillettes de poulet aux légumes ww 4PP 5SP

Cookeo Moulinex

Aiguillettes de poulet aux légumes 4 PP

Ingrédients pour 4 personnes :

600 gr de blancs de poulet

1 poivron jaune

1 poivron rouge

1 poivron vert

450 gr de courgettes

1 petit oignon

3 cs de crème à 15 % de mg

150 ml d'eau 2 kubor soit un bâtonnet

Sel, poivre

Préparation :

Coupez le poulet en aiguillettes, réservez.

Mode dorer

Pendant le préchauffage faitesdorer le poulet et l'oignon émincé.

Pendant ce temps coupez les poivrons en lamelles et les courgettes en cubes.

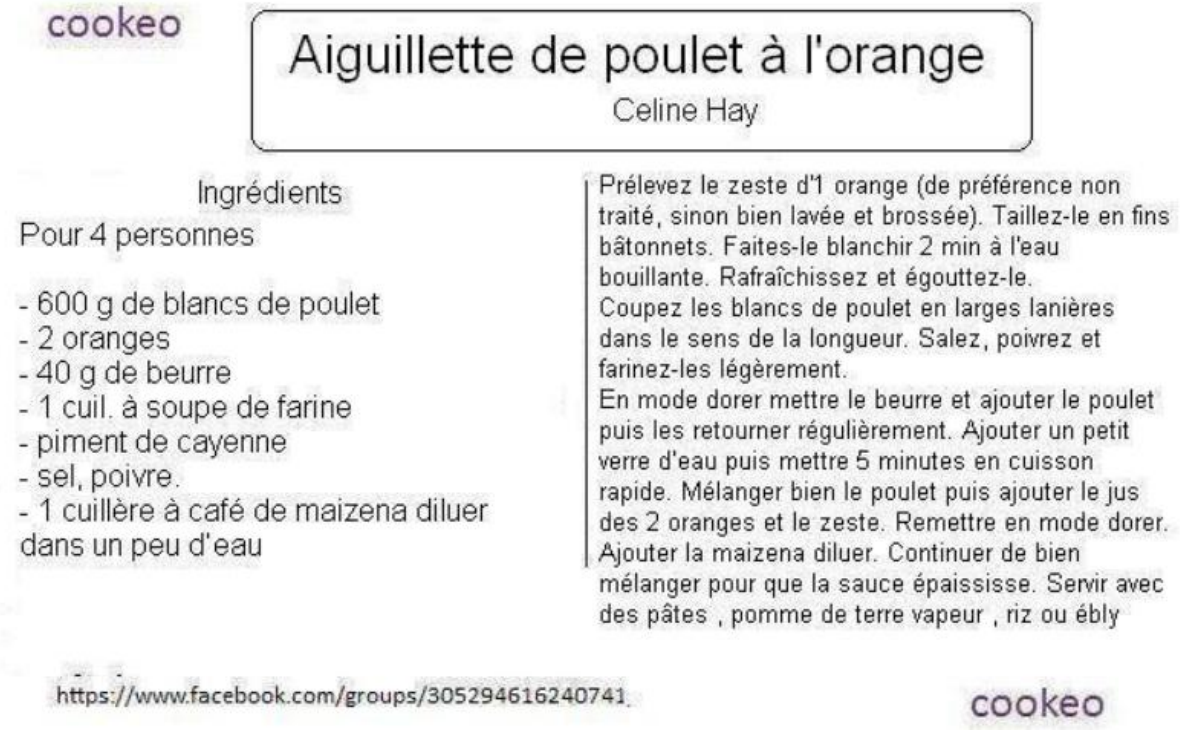
Une fois le poulet doré rajoutez les légumes dans la cuve.

Versez l'eau et ajouter le kubor.

Passez en cuisson rapide ou sous pression 10 minutes.

A la fin de la cuisson, rajoutez la crème en mode doré pendant 1 minute en remuant. Salez, poivrez.

Aiguillettes de poulet à l'orange



Aiguillettes de poulet au munster

Aiguillettes de canard à l'échalote

Cookeo
Moulinex

Aiguillettes de canard à l'échalote

Ingrédients pour 4 personnes

600 g d'aiguillettes de canard
2 échalotes
Sel
Poivre
Huile d'olive
1 grand verre de vin rouge
1 petit pot de fromage blanc

Préparation
Fonction dorer
Versez l'huile d'olive dans la cuve. Faites dorer les morceaux d'échalotes.
Ajoutez les aiguillettes de canard. Versez le verre de vin rouge et un grand verre d'eau .
Salez et poivrez selon votre convenance .
Ajoutez le pot de fromage blanc ,mélangez.
Mode cuisson rapide ou sous pression
Programmez 10 mn.
Servez chaud .

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

Aiguillettes de canard au miel

Cookeo
Moulinex

Aiguillettes de canard au miel & carottes

proposée par Carole Chaput

Ingrédients pour 6 personnes

2 paquets d'aiguillettes sous vide
1 oignon
2 cuillères de miel
Une noisette de beurre
Sel poivre
10 carottes

Préparation

Mode dorer

Faites revenir les aiguillettes avec la noisette de beurre dans la cuve

Ajoutez les 2 cuillères de miel puis les carottes coupées en rondelles

Cuisson rapide ou cuisson sous

10 mn

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

Aiguillettes de poulet aux légumes ww

Cookeo Moulinex

Aiguillettes de poulet aux légumes 4 PP

Ingrédients pour 4 personnes :

600 gr de blancs de poulet

1 poivron jaune

1 poivron rouge

1 poivron vert

450 gr de courgettes

1 petit oignon

3 cs de crème à 15 % de mg

150 ml d'eau 2 kubor soit un bâtonnet

Sel, poivre

Préparation :

Coupez le poulet en aiguillettes, réservez.

Mode dorer

Pendant le préchauffage faitesdorer le poulet et l'oignon émincé.

Pendant ce temps coupez les poivrons en lamelles et les courgettes en cubes.

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

Versez l'eau et ajouter le kubor.

Passez en cuisson rapide ou sous pression 10 minutes.

A la fin de la cuisson, rajoutez la crème en mode doré pendant 1 minute en remuant. Salez, poivrez.

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

https://www.facebook.com/cookeorecettes

Aiguillettes de poulet aux légumes

cookeo

aiguillettes de poulets aux légumes surgelés

-400g d'aiguillettes de poulet
-2Oignons/2échalottes
-choux-fleur, carottes, courgettes
-Sel/poivre/paprika
-1 cube de volaille
-15 cl de crème liquide

Faire dorer les oignons, les échalottes et les légumes 2 minutes.Ajouter les aiguillettes, le sel, poivre et paprika.
Mettre les liquides, remuer, cuisson rapide 10 minutes.

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

cookeo

Aiguillettes de poulet aux mangues caramélisées

cookeo

AIGUILLETTES DE POULET AUX MANGUES CARAMÉLISÉES

POUR 4 PERSONNES

INGRÉDIENTS :
2 MANGUES COUPÉS EN MORCEAUX,
2 VERRES DE RIZ,
3 CUILLÈRE À SOUPE DE SUCRE
400G DE FILET DE POULET,
1 CUBE DE BOUILLON DE VOLAILLE,
250ML DE LAIT,
150 ML D'EAU CHAUDE,
1 CUILLÈRE A SOUPE DE FARINE OU MAIZENA.

PRÉPARATIONS : DÉLAYER LE CUBE DE VOLAILLE DANS L'EAU CHAUDE. DANS UN SALADIER MÉLANGER LA FARINE OU MAIZENA, LAIT ET LE BOUILLON. FOUETTER LE MÉLANGE. DANS LA CUVE FAIRE DORER LES FILETS DE POULET AVEC DE L'HUILE D'OLIVE. VERSER LE MÉLANGE EAU, LAIT, FARINE OU MAIZENA. CUISSON RAPIDE 1 MINUTE. DANS UNE POELE FAIRE CARAMÉLISER LES MANGUES COUPÉS EN MORCEAUX AVEC LE SUCRE. FAIRE CUIRE LE RIZ À PART. QUAND LE POULET À FINI DE CUIRE AJOUTER LE RIZ. SI C'EST TROP ÉPAIS AJOUTER DE L'EAU POUR FAIRE QUE SA FASSE UNE SAUCE BLANCHE. DANS CHAQUE ASSIETTE VERSER LE MÉLANGE RIZ/POULET PUIS QUELQUES MANGUES CARAMÉLISER

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

cookeo

Alouettes

Moulinex cookeo

Alouettes

Kevin Violaine Sottile Stmartin

Ingrédients :

pour 4 personnes :

12 tranches de paleron,
4 tranches de lard,
un bouquet de persil,
deux gousses d'ail,
sel,
200g concentré de tomate,
250ml de vin rouge,
50 ml de fond de veau.

Hacher l'ail très fin, le persil très fin et faire des cubes avec le lard, sel poivre et bien mélanger à la main.

Confectionner les alouettes: pauser une tranche de paleron sur le plan de travail, mettre dessus un petit tas de préparation au lard et la fermer (en boutonnière ou avec de la ficelle ou avec des cures dent! et c'est la le plus difficile!!!)

Faire cuire avec le mode boeuf bourguignon sur le cookéo.

PORC

Andouillettes au vin blanc

Cookeo
Moulinex

Andouillettes au vin blanc

Ingrédients pour 4 personnes

4 andouilllettes
650 g de petits pois surgelés
100 g d'oignons émincés surgelés (ou frais)
Sel et poivre
15 cl de vin blanc

Préparation

Placer tous les ingrédients dans la cuve en commençant par les andouillettes. Assaisonner.

Cuisson sous pression : 6 min

Servir !

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

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

Andouille camembert pommes de terre

cookeo

Andouille au camembert et pommes fondantes Stephan Bourgeois

Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 300 g d'andouille de vire
- 8 pommes de terre
- 1/2 camembert au lait cru
- 20 cl de cidre
- 25g de beurre (de préférence salé)

Eplucher et couper en gros dés les pommes de terre
Faire fondre le beurre dans le cookeo, et les faire revenir.
Mouiller avec 20 cl de cidre et le meme volume d'eau.
10 min de cuisson rapide
Retirer la peau de l'andouille puis la couper en morceaux
Gratter légèrement la croute du camembert et le couper en petits dés.
Quand les pommes de terre sont cuites, ajouter l'andouille et le camembert et cuire encore 3 minutes.
Servir chaud après avoir décoré de quelques brins de ciboulette.

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

cookeo

Andouillettes pommes de terre

cookeo

andouillettes/PDT

-andouillettes coupées
-PDT coupées en 8
-ail/échalottes
-200 ml de vin blanc
-2cas de crème fraîche
-6 tranches de fromage à raclette

Faire dorer les andouillettes, l'ail, l'échalotte et les pdt.
Ajouter le vin blanc, cuisson rapide 5 minutes.
Ouvrir, mettre la crème, et faire fondre le fromage.

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

cookeo

Andouillettes aux légumes

Andouillettes et ses petits legumes

proposée par Barbara Lnn

Ingrédients

4 carottes coupées en rondelles

10 pommes de terre coupées en morceaux moyens

Fond de veau (1 cac bombé dans 100ml d'eau tiède)

Crème fraiche épaisse (1 brique 200ml)

En mode manuel

Faire dorer 10 à 12 min les andouillettes
Une fois fois dorage fini ajouter le reste des ingrédients passer en cuisson rapide 12min

Et hop c'est prêt deguster

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

LETTRE B

VOLAILLES

Blanc de poulet sauce à l'orange

cookeo

Blanc de poulet au riz et carottes, sauce à l'orange

DanLn LaGazelle

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 5 carottes
- 4 filets de poulet
- 2 oignons
- 1/2 litre de bouillon de volaille
- 30 g de sucre
- le jus de 4 oranges
- 1 c à s de vinaigre de framboise
- 200g de riz
- 100 g de fromage blanc
- 1 c à c de maizena
- crème fraiche

Dans la cuve, mettre 5 carottes en rondelles, 4 filets de poulet (éventuellement surgelés), 2 oignons, assaisonner à votre gout. Mettre 1/2 litre de bouillon de volaille, 30 g de sucre, le jus de 2 oranges et 1 cuillère à soupe de vinaigre de framboise, 200g de riz

Mettre en mode cuisson rapide 10 minutes.

Mélanger pendant ce temps 100g de fromage blanc, 1 cuillère à café de maïzena et le jus de 2 autres oranges.

La cuisson terminée, ajouter la préparation dans la cuve et mélanger. Eventuellement ajouter un peu de crème fraiche

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

cookeo

Blanc de poulet à l'estragon

Moulinex cookeo

Blancs de poulet à l'estragon

Anne Catherine Lelong Thibaut

Ingrédients :

2 à 4 personnes:

4 filets de poulet en morceaux
5 cl de vin blanc sec
1 grosse càc de fond de volaille
2 échalotes ciselées
20 cl de crème liquide
sel poivre
estragon

En mode dorer faire colorer les morceaux de poulet ,

Ajouter les échalotes faire suer qques minutes

Ajouter le fond ,le vin,la crème,le sel, le poivre,l'etragon.

Cuire 4 minutes en cuisson rapide.

Blanc de poulet sauce boursin

Moulinex cookeo

Blancs de poulet sauce boursin

Stéphanie Zamprogna

Ingrédients :

Pour 5 personnes :

1 pot de boursin ail et fines herbes,
6 blancs de poulet (ou de dinde),
2 carottes,
1 oignon,
1/2 verre de lait,
1 grand verre de bouillon de volaille,
3 petits poivrons (un rouge, un vert, un jaune),
25cl de vin blanc ,
un bouquet garni
sel poivre.

Couper les blancs de poulet en morceaux. les faire dorer.
Ajouter l'oignon pour qu'il colore un peu. couper les carottes en rondelles et les poivrons en lanières.

Passer en mode cuisson rapide et ajouter tous les autres ingrédients.
faire cuire 10m. servir avec du riz.

Blancs de poulet et pommes de terre

Moulinex cookeo

Blancs de poulets aux pommes de terre

Sandrine St Jean

Ingrédients :

800g de blancs de poulet,
2 oignons,
200g de lardons,
1 petite boite de champignons Paris,
1/2 verre de vin blanc,
1kg 500 de pdt,
2 bouillon de volaille délayés dans 700ml d'eau,
1 petite boite de concentré de tomate,
poivre,
ail moulue,
thym.

En mode dorer, faire revenir les lardons, le poulet, et les oignons émincés.
Ajouter les champignons, le vin blanc.
Laisser mijoter quelques minutes.

Ajouter le concentré de tomates, l'ail moulue, le thym, le poivre.

Ajouter les pdt, le bouillon.
Mettre en mode cuisson rapide pendant 15mn...
C'est prêt. Régalez vous!

Blanquette de dinde ww

Cookeo Moulinex

Blanquette de dinde wwatchers

Préparation 10 *mn* ***Cuisson*** 4 mn **Propoints** 11 **Calories** 409

Ingrédients pour 4 personnes

4 escalopes de dinde coupées en morceaux

100 g d'oignons congelés

200 g de carottes en rondelles congelées

200 g de champignons de Paris congelés

1 cube de bouillon de volaille

300 ml d'eau

1 cuillère à soupe de farine

2 cuillères à soupe d'huile d'olive (6 g)

2 cuillères à soupe de crème fraîche à 0%(60g)

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

Préparation

Mode dorer

Versez de l'huile dans la cuve pour faire revenir les oignons et les morceaux d'escalopes de dinde coupées en morceaux

Ajoutez ensuite les carottes, les champignons

Versez un bouillon composé de 300 ml d'eau et du cube de bouillon de volaille.

Salez, poivrez

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 10 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez les 2 cuillères à soupe de crème fraîche et repassez en mode dorer

Ajoutez une cuillère à soupe de farine pour épaissir la sauce .Quand la sauce a épaissi servez chaud

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

Blanquette de dinde poireaux

Blanquette de dinde poireaux & carottes

proposée par Marion Pecoraro

Ingrédients

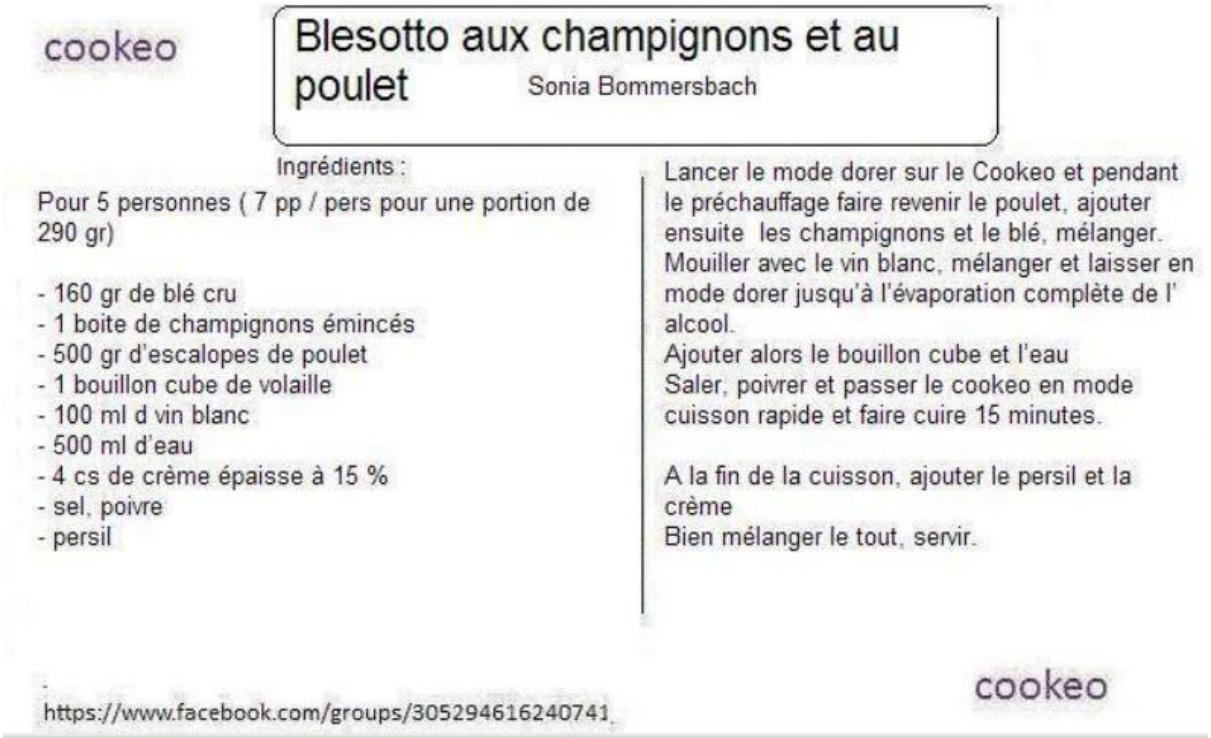
pour 2 personnes :

- 2 ou 3 pilons de dinde ou 500g de dinde
- 100 g de poireaux
- 3 carottes
- 2 oignons
- 1/2 litre d'eau mélanger à 25 g de bouillon de volaille
- 4 cuillères à soupe de crème fraîche
- 2 cuillères à soupe de maïzena

Faire revenir en fonction dorée les oignon et la dinde pendant le Temp de préchauffage + 3 minute et ajouter les carottes et le poireaux pour 2 min de +.
Mouiller avec le bouillon de volaille (préparer avec 1/2 litre d'eau plus le cube de bouillon)
Faire cuire en cuisson rapide pendant 8 min
Délayer la maïzena avec un peut de bouillon et ajouter la crème. versez le tout à la préparation et remettre sur fonction doré jusqu'à que sa boue ensuite mettre en fonction "maintient aux chaud"
Servir avec du riz, pâte ou du blé
bon appetit

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

Blésotto aux champignons et poulet



cookeo

Blesotto aux champignons et au poulet

Sonia Bommersbach

Ingrédients :

Pour 5 personnes (7 pp / pers pour une portion de 290 gr)

- 160 gr de blé cru
- 1 boite de champignons émincés
- 500 gr d'escalopes de poulet
- 1 bouillon cube de volaille
- 100 ml d vin blanc
- 500 ml d'eau
- 4 cs de crème épaisse à 15 %
- sel, poivre
- persil

Lancer le mode dorer sur le Cookeo et pendant le préchauffage faire revenir le poulet, ajouter ensuite les champignons et le blé, mélanger.
Mouiller avec le vin blanc, mélanger et laisser en mode dorer jusqu'à l'évaporation complète de l' alcool.
Ajouter alors le bouillon cube et l'eau
Saler, poivrer et passer le cookeo en mode cuisson rapide et faire cuire 15 minutes.

A la fin de la cuisson, ajouter le persil et la crème
Bien mélanger le tout, servir.

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

cookeo

Blésotto aux courgettes et poulet

cookeo

Blesotto aux courgettes et au poulet

Sonia Bommersbach

Ingrédients :

- 160 gr de blé cru
- 1 boite de champignons émincés
- 500 gr d'escalopes de poulet
- 1 bouillon cube de volaille
- 100 ml d vin blanc
- 500 ml d'eau
- 4 cs de crème épaisse à 15 %
- sel, poivre
- persil

En mode dorer sur le Cookeo et pendar le préchauffage faire revenir le poulet, ajouter ensuite les champignons et le ble mélanger.
Mouiller avec le vin blanc, mélanger et laisser en mode dorer jusqu'à l' évaporation complète de l'alcool.
Ajouter alors le bouillon cube et l'eau
Saler, poivrer et passer le cookeo en mode cuisson rapide et faire cuire 15 minutes.
A la fin de la cuisson, ajouter le persil et la crème.
Bien mélanger le tout, servir.

cookeo

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

Ballotins de foie gras au figue

Ballotins de foie gras au figue

Appli mon cookeo
www.moulinex.fr

Cette recette n'est pas disponible pour 0 personne(s)

15min
+
5 - 10min
+
6min

26min - 31min

Note : ★★★

Voir les commentaires

Ingrédients

- 350 g de foie gras éveiné, mariné 4 h dans le lait puis essuyé
- 50 cl de lait
- 9 figues lavées et coupées en 8
- 60 g d'oignon rouge pelé et émincé finement
- 2 cs d'huile de tournesol
- Sel, poivre

Recette

- Assaisonner le foie. Former un boudin de 5 cm de diamètre en filmant généreusement et bien serré. Placer au congélateur.
  Chauffer l'huile. Ajouter l'oignon et compoter. Ajouter les figues et 5 cl d'eau. Assaisonner. Cuire 5 min. Placer au frais.
  Verser 20 cl d'eau dans la cuve. Mettre le foie gras refroidi dans le panier puis placer le panier dans la cuve.
  Cuisson sous pression : 6 min.
  Refroidir le foie gras dans de l'eau 30 min, puis 2 jours au frais. Servir avec les figues.

Bouchée à la reine

cookeo

Bouchée à la reine

Annie bochu

Ingrédients :

Pour 4 personnes :
- 550g de blancs de poulet
- 200g de champignons frais
- 35g de beurre
- 10cl de creme liquide
- 65g de farine
- persil
- sel poivre
- croute de vol au vent

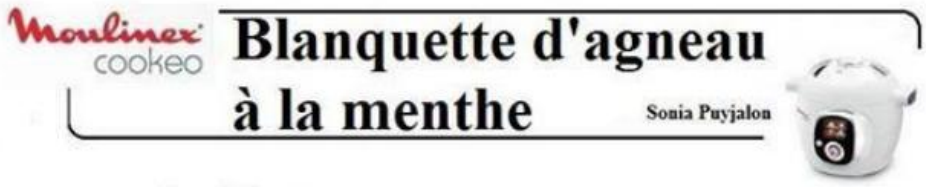
Mettre le beurre dans la cuve
Dorer les blancs de poulet
Ajouter les ingrédients solides et melanger
Ajouter les ingrédients liquide et melanger
Cuisson rapide 3mns

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

cookeo

VEAU

Blanquette de veau à la menthe



Ingrédients :

1 gigot agneau,
carotte (1 ou 2)
1 oignon,
menthe(une petite branche)
vin blanc(25cl)
eau (25cl)
sel et poivre,
1/2citron
crème fraîche

Couper des petits morceaux d'agneau mettre dans le cookeo et tout les ingredients cuisson rapide 10mn
quand c'est cuit rajouter le jus d'un 1/2citron et une tasse de crème fraîche et remuer.

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

Blanquette de veau à ma façon

Blanquette de veau carottes pommes de terre

Moulinex cookeo

Blanquette de veau

pomme de terre & carotte

Chantal Meunier

Ingrédients :

Pour 4 à 6 personnes:

- 800 g de blanquette
-3 grosses pommes terre en morceaux
- 3 grosses carottes
- 1 tomate
- 1 oignon
- 8 gousses d'ail
-du thym
sel poivre
1/4 de càc de curcuma

En mode dorer :
faire revenir les morceaux de viande
Ajouter les carottes en morceaux les pommes de terre en morceaux,l'oignon émincé, l'ail émincé,le thym,le curcuma la tomate en dés, sel, poivre,thym

Mettre en cuisson rapide avec 200ml d'eau pendant 16 minutes.
Bon appétit

Boulettes de veau

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.

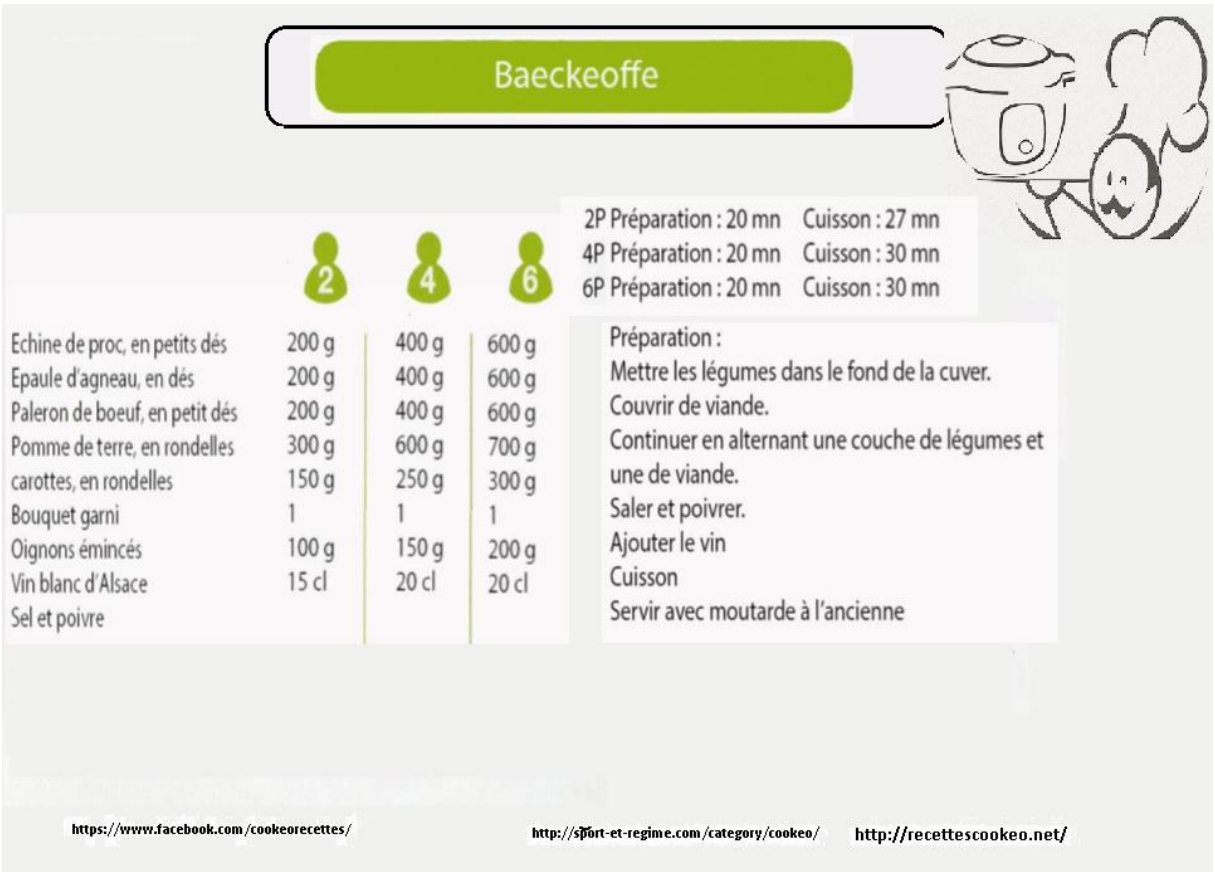
https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

cookeo

Blanquette de veau à l'ancienne

AGNEAU

Baeckeoffe



Blanquette d'agneau à la menthe

Moulinex cookeo

Blanquette d'agneau à la menthe

Sonia Puyjalon

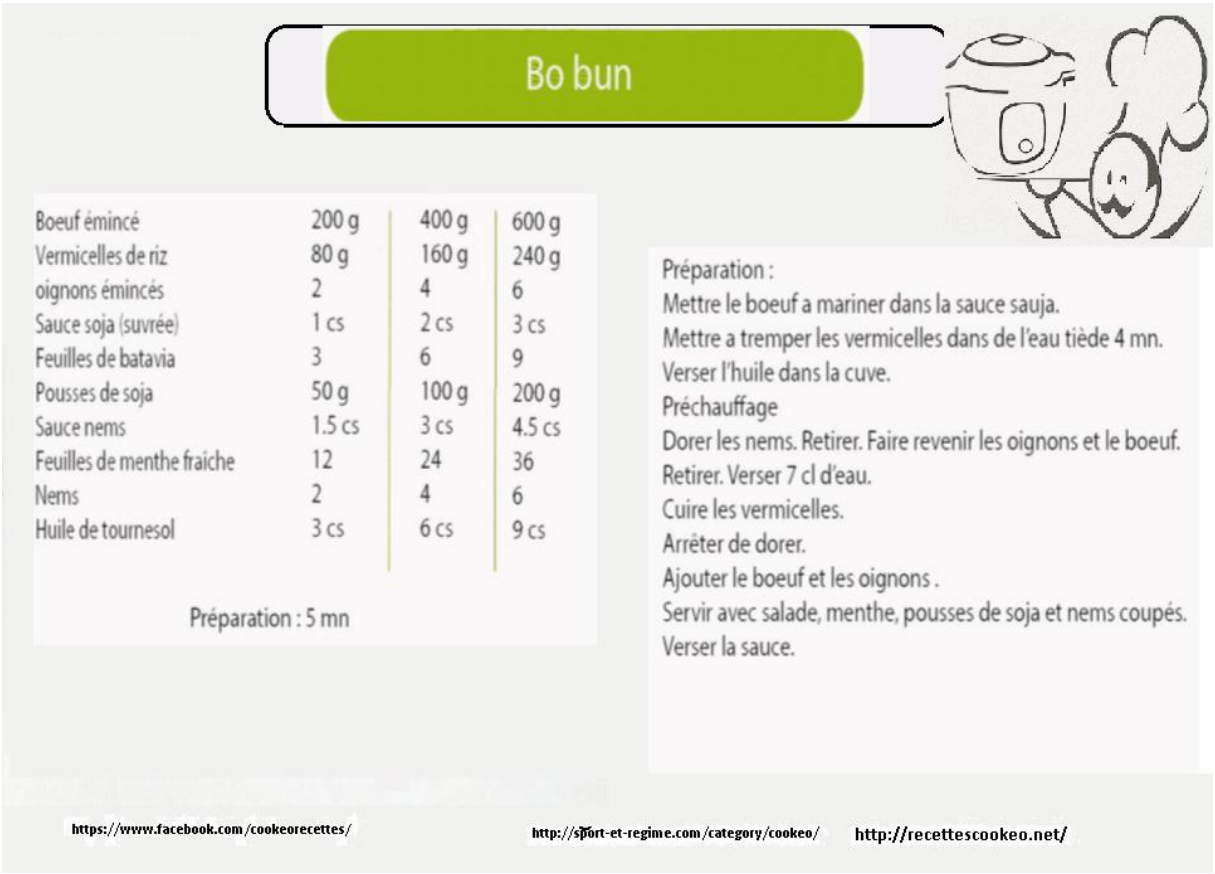
Ingrédients :

1 gigot agneau,
carotte (1 ou 2)
1 oignon,
menthe(une petite branche)
vin blanc(25cl)
eau (25cl)
sel et poivre,
1/2citron
crème fraîche

Couper des petits morceaux d'agneau mettre dans le cookeo et tout les ingredients cuisson rapide 10mn
quand c'est cuit rajouter le jus d'un 1/2citron et une tasse de crème fraîche et remuer.

BŒUF

Bobun


Bo bun
Boeuf émincé 200 g 400 g 600 g
Vermicelles de riz 80 g 160 g 240 g
oignons émincés 2 4 6
Sauce soja (suvrée) 1 cs 2 cs 3 cs
Feuilles de batavia 3 6 9
Pousses de soja 50 g 100 g 200 g
Sauce nems 1.5 cs 3 cs 4.5 cs
Feuilles de menthe fraiche 12 24 36
Nems 2 4 6
Huile de tournesol 3 cs 6 cs 9 cs
Préparation : 5 mn
Préparation :
Mettre le boeuf a mariner dans la sauce sauja.
Mettre a tremper les vermicelles dans de l'eau tiède 4 mn.
Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage
Dorer les nems. Retirer. Faire revenir les oignons et le boeuf.
Retirer. Verser 7 cl d'eau.
Cuire les vermicelles.
Arrêter de dorer.
Ajouter le boeuf et les oignons .
Servir avec salade, menthe, pousses de soja et nems coupés.
Verser la sauce.
https://www.facebook.com/cookeorecettes/
http://sport-et-regime.com/category/cookeo/
http://recettescookeo.net/

Boeuf forestier weight watchers

Cookeo Moulinex

Boeuf forestier weigth watchers 7 PP

Ingrédients 4 personnes

350 gr de tranche de bœuf en fine lamelle
600 gr de trio de poivrons surgelés
50 ml de purée de tomates en brique
100 gr d'oignon surgelés
200 gr de champignon surgelés
100 gr de margarine
150 ml d'eau
piment d'Espelette
sel
poivre

Préparation

En mode dorer, faire revenir le bœuf dans la margarine.

Ajouter ensuite les oignons, les champignons et les poivrons.

Saler, poivrer, mettre le piment selon vos goûts

Ajouter l'eau puis la tomate.

Mettre en cuisson rapide/sous pression pendant 10 minutes.

http://recettescookeo.com/

https://www.facebook.com/cookeorecettes

Boeuf mijoté

Cookeo Moulinex

Bœuf mijoté WWATCHERS

Ingrédients

1 kg de bœuf à braiser
3 carottes
2 oignons
6 gousses d'ail
thym
2 feuilles de laurier
quelques feuilles de romarin
1 cac d'huile d'olive
1 cas de farine
400 ml de bouillon aux herbes

Préparation

Mettre l'huile dans la cuve, faire dorer la viande avec l'ail et les oignons. Mélanger et laisser dorer 2 minutes.

Ajouter les carottes, les aromates, le sel et le poivre. Remuer.

Ajouter ensuite la farine et couvrir de bouillon.

Mettre en cuisson rapide/sous pression pendant 25 minutes.

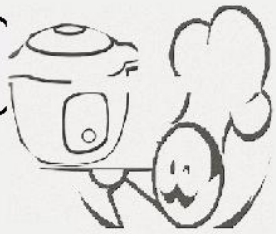
A la fin de la cuisson, vérifier la cuisson de la viande et remettre 5 minutes si besoin.

http://recettescookeo.com/

https://www.facebook.com/cookeorecettes

Bœuf moussaka

Boeuf façon moussaka



Préparation : 10 mn Cuisson : 8 mn

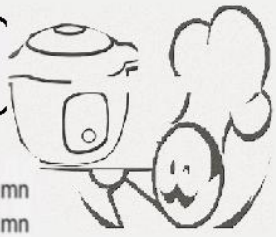
	2	4	6
Boeuf haché	250 g	500 g	750 g
aubergines, en cubes	300 g	600 g	900 g
Oignons émincés	1/2	1	2
Tomates pelées (en boite)	200 g	400 g	600 g
Basilic frais ciselé	1 cs	2 cs	3 cs
Béchamel (brique)	50 ml	100 ml	150 ml
Huile d'olive	3 cs	2 cs	3 cs
Emmental	35 g	65 g	100 g
Ail	1	2	3
Sel et poivre			

Verser l'huile dans la cuve
Préchauffage
Faire dorer la viande.
Retirer
Faire dorer les aubergines.
Ajouter les oignons et l'ail
Arrêter de dorer
Ajouter les tomates, labéchamel.
Remettre la viande, saler et poivrer.
Cuisson
Ajouter le gruyère, le basilic ciselé et servir !

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

Bolognaise

Bolognaise comme un chef



2P Préparation : 15 mn Cuisson : 40 mn
4P Préparation : 15 mn Cuisson : 45 mn
6P Préparation : 15 mn Cuisson : 45 mn

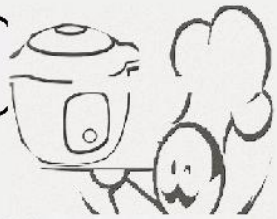
	2	4	6
Viande de boeuf hachée	240 g	480 g	720 g
Oignons émincés	1/2	1	1.5
Carottes, en rondelles	100 g	200 g	300 g
Tomates concassées	300 g	600 g	900 g
Vin rouge	5 cl	7.5 cl	10 cl
Lardons	50 g	100 g	150 g
Huile d'olive	1 cs	2 cs	3 cs
Ail	1 g	2 g	3 g
Céleri branche, émincé	30 g	60 g	90 g
Sel et poivre			

Verser l'huile d'olive
Préchauffage
Dorer la viande
Ajouter les lardons, les oignons et les carottes.
Arrêter de dorer.
Verser le vin.
Ajouter les tomates concassées, le céleri et l'ail.
Saler et poivrer.
Cuisson
Servir avec des pâtes.

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

Boulettes à la menthe

Boulettes de veau a la menthe



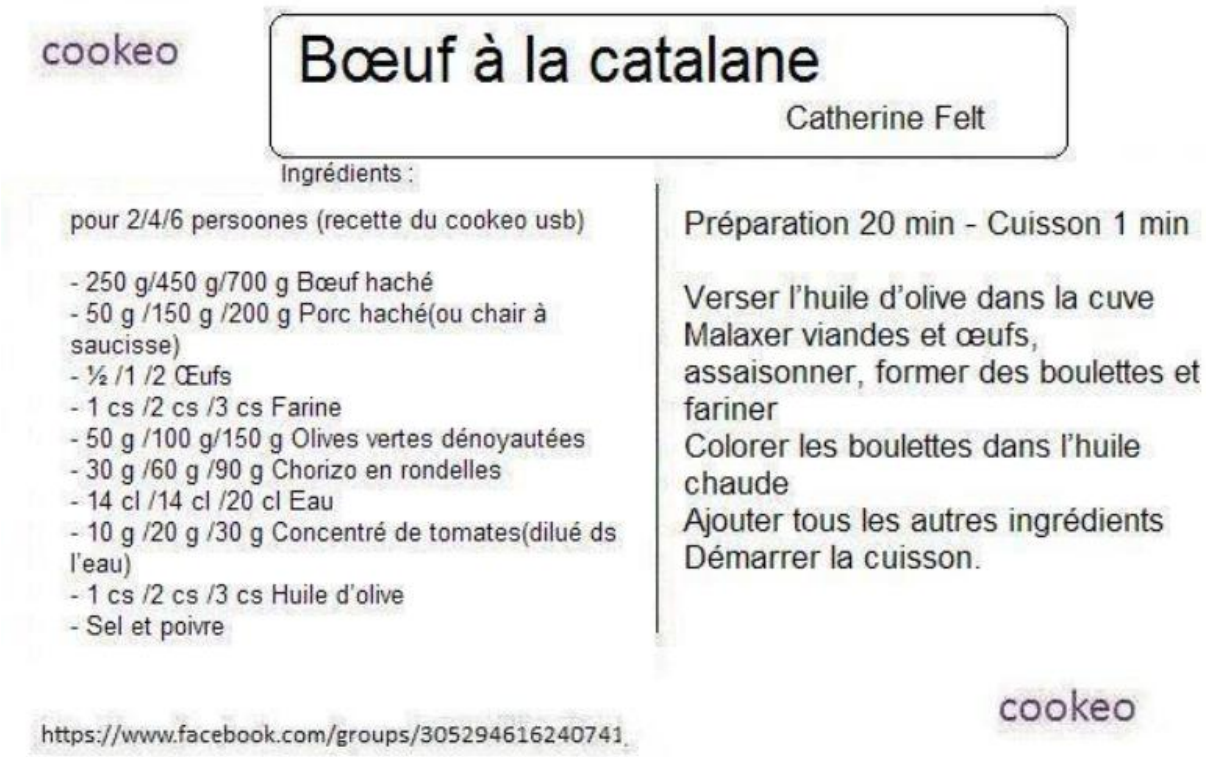
Préparation : 15 mn Cuisson : 3 mn

	2	4	6
Veau haché	200 g	400 g	600 g
Fond de veau	10 cl	15 cl	20 cl
Citron (zestes)	1	1.5	2
Huile d'olive	1 cs	2 cs	3 cs
feuille de menthe fraîche	6	12	18
Pain de mie (tranches de 25 g)	2	4	6
Jaune d'oeufs	1	2	3
Courgettes, en dés	300 g	600 g	900 g
Olives verte	30 g	60 g	90 g
Sel et poivre			

Mélanger veau, menthe, jaunes d'oeufs, pain de mie.
Saler et poivrer.
Former des boulettes de 40 g.
Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage
Faire revenir les boulettes de veau.
Retirer.
Faire revenir les courgettes.
Arrêter de dorer.
Ajouter le fond de veau, les zestes de citron, les olives, remettre les boulettes sur le dessus.
Cuisson
Servir les boulettes de veau à la menthe avec les courgettes .

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

Boeuf à la catalane



Boeuf au caramel

cookeo

Bœuf au caramel - nouilles sautées au soja

Ana-I Decasmaker

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 1 oignon,
- 3 biftecks,
- 75g de sucre,
- 25cl d'eau puis encore 25cl,
- 2cc de sauce soja salée,
- 1/2 sachet de nouilles chinoises,
- 1 petite boite de soja

Peler et émincer l'oignon, le faire revenir dans un peu d'huile. Ajouter le bœuf coupé en lamelles. Faire dorer. Ajouter le sucre et l'eau. Mélanger puis ajouter la sauce soja. Ajouter le reste d'eau et les nouilles, mélanger. Cuire 3 minutes sous pression. Ajouter le soja.

cookeo

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

Boeuf carottes

Moulinex cookeo

Boeuf carottes

Criki Cmoi

Ingrédients :

Pour 4 personnes:
8 morceaux de boeuf (bourguignon),
1 kg de carottes,
2 à 3 échalotes hachées,
1 CAS de farine,
1 cube de bouquet garni,
400 ml d'eau.

Faire dorer la viande et les échalotes dans un peu de matière grasse,

Ajouter les carottes, remuer.

Saupoudrer avec la farine, ajouter l'eau et bien mélanger.

Ajouter le cube de bouquet garni.

Mettre en cuisson rapide 35 mns

Boeuf braisé à la guinness

Moulinex cookeo

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 ....

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

Boeuf aux olives

Moulinex cookeo

Bœuf aux olives

Charline Louis

Ingrédients :

pour 4 personnes,
morceaux de bœuf à bourguignon (env. 6 morceaux),
1 brique de sauce tomate,
1 brique de vin blanc,
1 bocal d'olives dénoyautés,
sel,poivre,
bouquet garni,
1 paquet de lardons,
oignons selon envie,
eau.

En mode dorer, faites revenir les oignons et les lardons et mettre les morceaux de boeuf, une fois dorer, passer en mode cuisson rapide .

Mettre une a deux cuillière à soupe de farine pour eviter que la sauce soit trop liquide, ajouter les olives, la sauce tomate, le vin blanc et ajouter de l'eau que sa recouvre la viande mais que sa ne depasse pas le niveau du cookeo (ce n'est pas censé allé jusque la), sel, poivre, bouquet garni.

Faite cuire 20 à 25 minutes.
accompagner de pates tagliatelles.
et bonne appétit

Boeuf bourguignon revisité

Boeuf bourguignon (revisité)

proposée par cuisinesab

Ingrédients

recette pour 4 personnes :

800g de viande de boeuf coupé en morceaux
200 ml de vin rouge
200ml de fond thai
70g de lardons de bacon
150g d'oignons
sel et poivre
1 cuillère à café de curry

faire revenir la viande, les lardons et les oignons dans le cookéo ou pendant 10 minutes

saler, poivrer et ajouter le curry

ajouter le vin rouge et le fond thai

faire cuire 35 minutes au cookéo

Boeuf bourguignon à la moutarde

Moulinex cookeo

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.

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

Boeuf bourguignon à ma façon

cookeo

BŒUF BOURGUIGNON A MA FAÇON

Annie Ponceblanc

Ingrédients

Pour 4 personnes :

- 800 gr de bœuf
- 25 cl de vin rouge
- 15 cl d'eau
- 1 CC bombée de fond de veau
- 100 gr de lardons
- 2 oignons (émincés)
- 2 gousses d'ail (émincées)
- 1 CS d'huile d'olive
- 150 gr champignons Paris (coupés en 4)
- 2 carottes (coupées en rondelles)
- 1 bouquet garni
- 1 CS (bombée) de farine
- Sel, poivre
- 3 carrés chocolat noir (facultatif)

En mode dorer faire revenir la viande dans l' huile, puis ajouter les oignons et l'ail émincés, les lardons, poursuivre le dorage3 à 4 minutes.
Ajoutez ensuite les champignons, les carottes mélangez bien le tout, saupoudrez avec le fond de veau et la farine, remuez puis versez le vin et l'eau.
Mélangez bien le tout, salez, poivrez et mettre le bouquet garni.
Passez en mode => recettes => bœuf bourguignon => 4 pers => cuisson 35 mn.
En fin de cuisson incorporez les carrés de chocolat et les laissez fondre en remuant.
(Servir avec des pommes de terre vapeur ou des pâtes)

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

cookeo

Boeuf bourguignon

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 boite)
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 : 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.

Cookeo

Boeuf carottes maison au cookeo

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes
600 g de viande à bourguignon
100 g d'oignons congelés
200 g de carottes congelées
25 cl d'eau
25 cl de vin rouge
1 cube de bouillon de bœuf
2 cuillères à café de concentré de tomates
Poivre
Sel

Préparation
Rendez-vous dans la rubrique des recettes préprogrammées et choisissez bœuf bourguignon.
Sélectionnez 4 personnes et démarrez la recette.
Versez de l'huile dans la cuve et faites dorer les oignons puis ajoutez la viande.
Ajoutez les carottes dans la cuve et versez le verre d'eau et le verre de vin rouge. Poivrez et salez. Emiettez le cube de bouillon de bœuf.
Arrêtez la fonction dorer et démarrer la cuisson (le temps s'affiche automatiquement.
Quand la cuisson est terminée ajoutez 2 cuillères à café de concentré de tomates et mélangez. Servez chaud.

Boeuf carottes

Moulinex cookeo

Bœuf carottes

Mimi Titi

Ingrédients :

Pour 4 pers.

- 600g de joue de bœuf
- 1/2 bouteille Vin rouge
- 1 Bouillon cube bœuf
- Sel/poivre
- 1 Oignon
- 600 g carottes (autant de carotte que de viande)
- Champignon de Paris
- 100ml d'eau
- 1cac d'huile

En mode Manuel > Dorer

Faire revenir la viande et l'oignon dans l'huile quelque minutes bien salé et poivrer

Pendant ce temps préparer vos carottes, champignon.

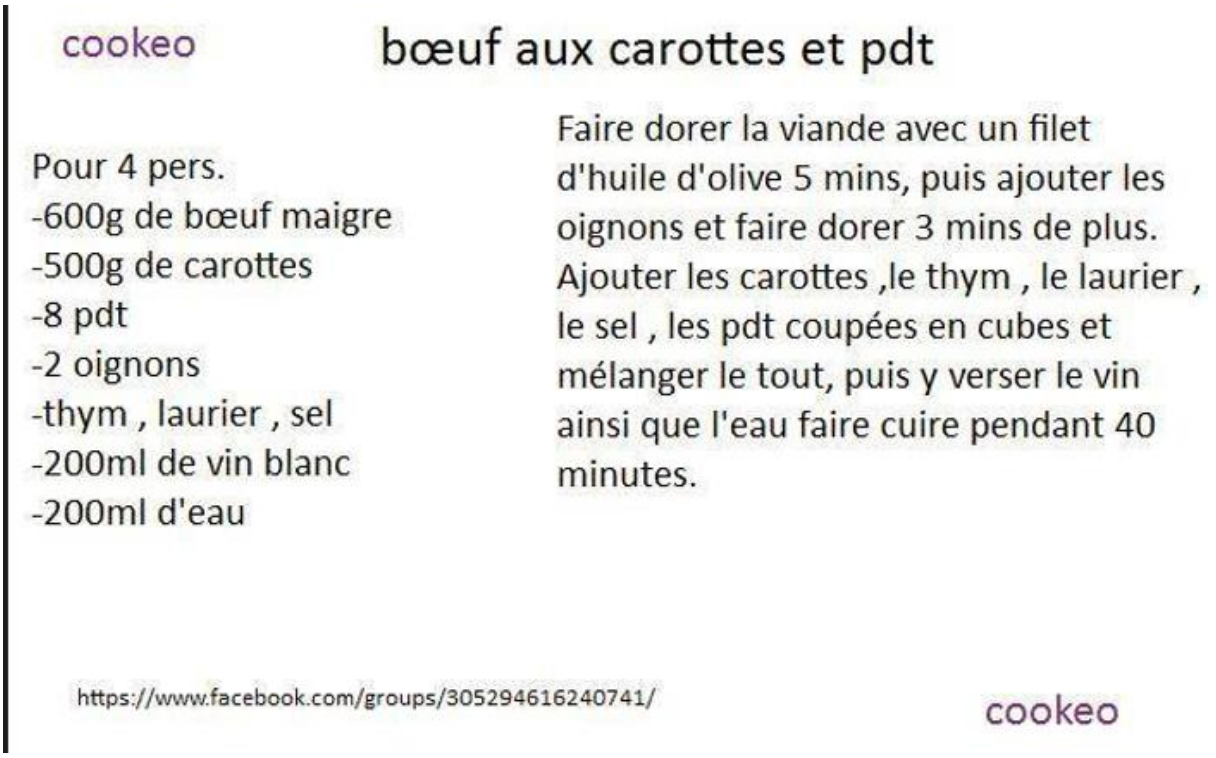
Faire fondre le cube dans l'eau chaude.

Mettre tous les ingrédients dans la cuve, saler poivrer, bien remuer.

35 minutes en mode cuisson rapide

C'est prêt !

Boeuf carottes pommes de terre



Boeuf riz légumes

Moulinex cookeo

Boeuf-riz et ses petits legumes

Christine Novat

Ingrédients :

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 !

Boeuf Strogonoff

cookeo

Boeuf strogonoff à ma façon

Brigitte Parra

Ingrédients

Pour 2 personnes

- 1 oignon
- 40g de beurre
- 400grs de boeuf à fondue
- 1 petite boîte de champignon
- 1cuil à soupe et 1/2 de moutarde
- 20cl de crème

En mode doré faire revenir l oignon avec le beurre

Ajouter la viande puis ajouter le reste des ingrédients

Cuisson rapide 5mn

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

cookeo

Boeuf tomate au riz

Moulinex cookeo

Boeuf tomate au riz

Anthony Guyon

Ingrédients :

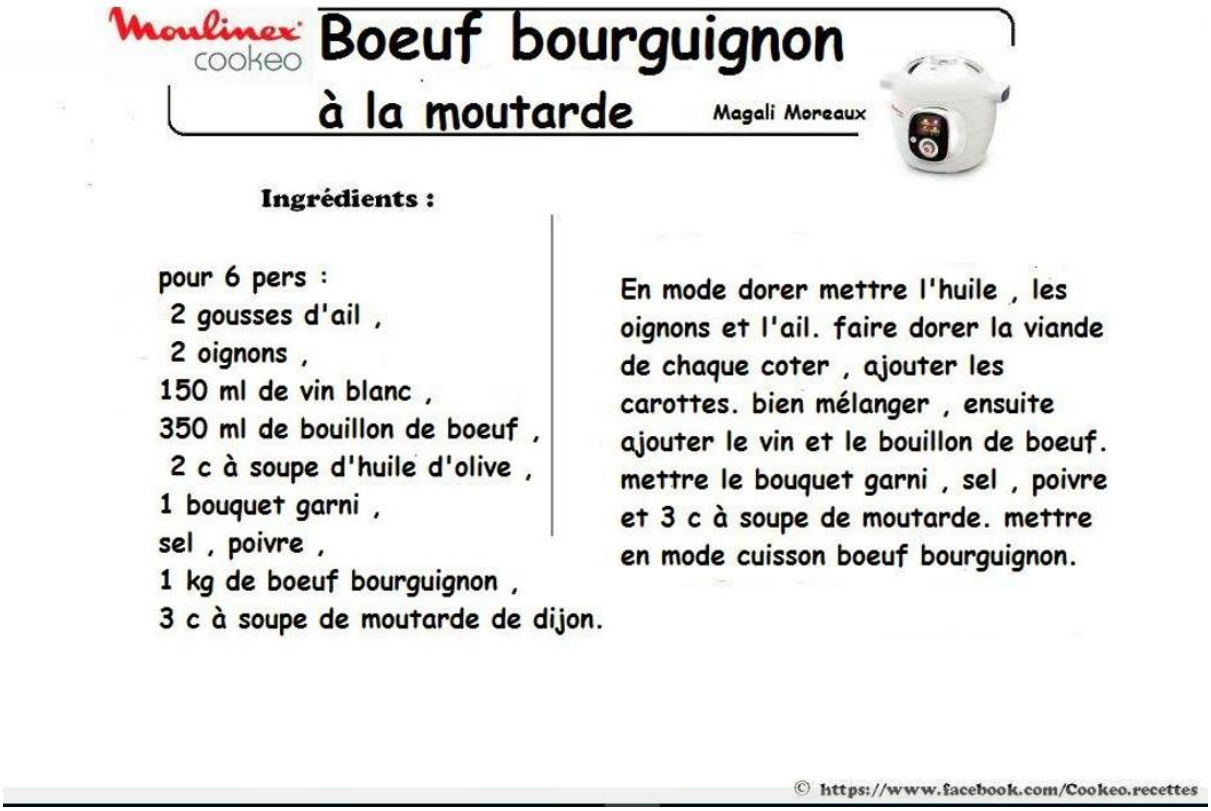
2/3 pers :
6 gros morceaux de bourguignon
2 petites boites de concentre de tomate
1 cube maggi
huile eau sel
riz

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 concentre de tomate de l'eau pour recouvrir la viande du sel

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

Boeuf bourguignon à ma façon

Boeuf bourguignon moutarde



Boeuf tomate

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 boite de chair de tomates en dés
1 CS de maïzena saupoudrée sur le reste

Utiliser le programme "bœuf bourguignon" du Cookeo

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

Boeuf mode maison

Cookeo
Moulinex

Boeuf mode maison

Ingrédients pour 4 personnes

1 kilo de viande à bourguignon
100 g d'oignons congelés
500 grammes de carottes congelées
2 cuillères à café de concentré de tomate
Thym
Laurier
Poivre
250 ml de vin rouge
1 cube de bouillon de bœuf
2 cuillères à café de farine .
Huile d'olive

Préparation de ce boeuf mode maison
mode dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve ,faite revenir les oignons congelés puis la viande. Ajoutez ensuite les carottes, versez le verre de vin rouge, versez ensuite l'eau avec le cube de bouillon de boeuf.
Poivrez et ajoutez le thym et le laurier.
Passez en cuisson rapide et programmez 45 mn . Quand la cuisson est terminée, ajoutez 2 cuillères à café de concentré de tomates et 2 cuillères à café de farine pour épaissir la sauce servez chaud.

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

http://sport-et-regime.com/recette-cookeo-boeuf-mode-maison

Boeuf sauté aux oignons

Cookeo Moulinex

Bœuf sauté aux oignons

282 CALORIES 8 PP 9 SP

Ingrédients pour 4 personnes

500 g de viande de bœuf
200 g de carottes
3 oignons
½ cuillère à café de gingembre
4 cuillères à soupe de sauce soja
2 cuillères à soupe de vinaigre de cidre
1 cuillère à café de sucre
200 ml d'eau
Sel
Poivre
Huile d 'olive

Préparation

Mode dorer

Versez de l'huile dans la cuve et faites revenir les oignons puis la viande.
Ajoutez le vinaigre de cidre , la sauce soja ,le gingembre et le sucre. Salez et poivrez selon votre convenance.
Ajoutez les carottes.
Versez les 200 ml d'eau .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 10 mn . Servez chaud avec un féculent de votre choix.

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

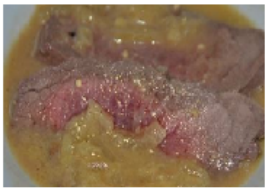
Boeuf moutarde

Cookeo Moulinex

Boeuf moutarde rôti

Ingrédients pour 4 personnes

1 rôti de bœuf 800 g
250 ml de vin blanc
2 cuillères à soupe de moutarde
Sel
Poivre
Huile d'olive
200 g d'oignons congelés



Préparation

Allumez votre appareil . Sélectionnez "recette "puis" plat "puis "rôti de bœuf".
Précisez le nombre de personnes.
Versez de l'huile pendant le préchauffage de la cuve.
Faites suer les oignons .Puis faites revenir le rôti de bœuf avec les oignons.
Sortez de la la fonction "dorer" puis .Commencez par versez le vin blanc, puis déposez les 2 cuillères à soupe de moutarde, puis salez et poivrez. Fermez cookeo pour démarrer la cuisson .

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

Boeuf moutarde (bourguignon)

Cookeo
Moulinex

Boeuf moutarde (bourguignon)

Ingrédients pour 4 personnes
800 g de viande à bourguignon
2 cuillères à soupe de Moutarde
300 g de carottes en rondelles congelées
100 g d'oignons congelés
200 g de Champignons de Paris congelés
Poivre
250 ml de vin rouge
1 cube de bouillon de bœuf
Huile d'olive

Préparation
En position "dorer"
Versez de l'huile dans la cuve et faites revenir les oignons .Ajoutez la viande .
Ajoutez ensuite les champignons,les carottes.
Emiettez le cube de bouillon de boeuf,versez le vin rouge et l'eau dans la cuve.
Ajoutez 2 cuillères à soupe de moutarde ,salez et poivrez

Cuisson rapide 45 mn

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

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

BOULETTES BOEUF

Boulettes basquaise

cookeo

Boulettes sauce basquaise

Sophie Pepette

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 500 g de viande hachée en boulettes,
- 7 pommes de terre en morceaux,
- un bol de poivrons surgelés,
- des oignons surgelés,
-un bocal de sauce basquaise,
-sel, poivre et piment.

Faire dorer les boulettes de viande, mettre tous les ingrédients ensembles puis 10 cl d'eau. Mettre en cuisson rapide 10 minutes.

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

cookeo

Boulettes sauce tomate et carottes

cookeo

BOULETTE SAUCE TOMATE ET CAROTTE

DE BÉNÉDICTE GAUTHIER VERVA

POUR 2 PERSONNES
300G DE VIANDE (HACHE VEAU ET AGNEAU PAR EXEMPLE CAR PLUS ONCTUEUX)
1 BOITE DE CONCASSE DE TOMATE
2 CAROTTES ANCIENNE (JE TROUVE QU ELLES ONT PLUS DE GOUT) SI VOUS NE VOULEZ PAS FAIRE DE PÂTES EN ACCOMPAGNEMENT IL FAUT METTRE PLUS DE CAROTTE (QUANTITÉ SELON VOTRE APPÉTIT)
1 OIGNON
1 GOUSSE D AIL
1 JAUNE D'OEUF
CHAPELURE
SEL
POIVRE
THYM
NOIX DE MUSCADE

COUPER LES CAROTTES DE DEUX FAÇON, 1 ET 1/2 CAROTTES EN FI BÂTONNET OU RONDELLE ET LA 1/2 CAROTTE RESTANTE EN TOUT PETIT MORCEAU.
COUPER L OIGNON ET L AIL EN TOUT PETIT MORCEAU
EN MODE DORÉE:
GRACE A UN PEU DE MATIÈRE GRASSE (BEURRE + HUILE) FAIRE REVENIR OIGNON, AIL ET LA CAROTTE COUPER EN PETIT MORCEAU.
ENLEVER LE TOUT DE LA CUVE METTRE DANS UN SALADIER.
FAIRE REVENIR LES CAROTTES EN BÂTONNET OU RONDELLE.
LES SORTIR DE LA CUVE ET LES METTRE DE COTER.
DANS LE SALADIER OU VOUS AVEZ MIT L OIGNON, AIL ET CAROTT METTRE L OEUF, LA CHAPELURE, LA VIANDE HACHÉ, SEL, POIVRE E NOIX DE MUSCADE.
FAIRE DES BOULE DE 4CM DE DIAMÈTRE.
EN MODE DORÉE:
FAIRE DORÉE LES BOULETTES.
UNE FOIS QU ELLES ONT DORÉE SUR 2 FACES,
METTRE LES CAROTTES EN BÂTONNET OU RONDELLE, LE CONCASS DE TOMATE ET LE THYM.
VÉRIFIER L ASSAISONNEMENT.
FERMER LE COOKEO ET METTRE EN MODE CUISSON RAPIDE 15 MIN
SERVIR AUSSITOT.

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

cookeo

Boulettes à la provençale

Boulettes à la provençale

cookeo

Ingrédients :

Pour 6 personnes :

- 3 courgettes coupées en dés (pas trop petits)
- 1 poivron rouge et
- 1 jaune d'œuf
- 1 vert coupés en dés
- 4 gousses d'ail entières
- 2 oignons coupés en lanières
- 1 boite de tomates concassées au basilic –
- 1 boite de concentré de tomates
- 150 ml d'eau
- sel / poivre
- 1kg de viande hachée porc ou bœuf ou autre
- 1 jaune d'œuf
- chapelure
- 1 oignon émincé
- -1 c à s de moutarde
- -1 gousse d'ail émincée
- - sel - poivre - persil

- Mettre tous les légumes dans la cuve
- Mettre l'eau
- - salez et poivrez
- Façonnez les boulettes pas trop grosses
- les disposer sur les légumes dans la cuve.
- Cuire en mode rapide 30 min.
- A la fin de la cuisson rectifier la sauce et mon astuce est de mettre un
- morceau de sucre pour l'acidité de la tomate.

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

cookeo

Boulettes de boeuf courgettes

Moulinex cookeo

Boulettes de bœufs et courgettes

Elise Romero

Ingrédients :

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

Boulettes de bœuf aux champignons➽➽➽

Cookeo

Boulettes de bœuf aux champignons

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

100 g d'oignons congelés
400 g de champignons de Paris
1 cube de bouillon de bœuf
15 boulettes de bœuf
Paprika
Sel
Poivre
4 cuillères à café de concentré de tomates

Ajoutez un à un les ingrédients en commençant par les oignons ,les champignons, les boulettes de bœuf.

Emiettez le bouillon de bœuf dans la cuve et versez de l'eau (500 ml). Saupoudrez de paprika

Programmez la fonction cuisson rapide 10 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez 4 cuillères à café de concentré de tomates.

Boulettes de boeuf et coquillettes aux poivrons➽➽➽

Cookeo

Boulettes de boeuf et coquillettes aux poivrons

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

16 boulettes de bœuf
100 g d'oignons congelés
2 cuillères à café de concentré de tomates
200 g de poivrons congelés
400 g de coquillettes
Huile d'olive
1 cube de bouillon de boeuf
1 petit verre de vin blanc
Poivre

mode "dorer"
Verser l'huile d'olive dans la cuve
Faites revenir les oignons ,les poivrons, les boulettes de bœuf. Ajoutez les les coquillettes,le verre de vin blanc, le bouillon de cube. Poivrez.
Recouvrez d'eau.
Mélangez avec 2 cuillères à café de concentré de tomates.
Passez en mode de cuisson rapide et programmer 5 minutes .
Ouvrez votre cookeo et servez chaud.

Boulettes de boeuf paprika et riz➽➽➽

Cookeo

Boulettes de boeuf paprika et riz

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

15 boulettes de bœuf
300 g de champignons de Paris congelés
300 grammes de riz
200 grammes d'oignons congelés
1 petite boîte de tomates entières pelées
Paprika
Huile d'olive .
1 cube de bouillon de boeuf

Préparation
Mode dorer
Versez l'huile d'olive dans la cuve
Faites dorer les oignons congelés , les boulettes de bœuf.
Ajoutez ensuite les champignons et le riz puis saupoudrez de paprika. Versez de l'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté.
Passez en mode de cuisson rapide et programmez 10 minutes .Servez chaud.

Boulettes de boeuf marocaine

Boulettes de boeuf à la marocaine

Nadia Vegh

Ingrédients :

4 personnes

1kg de hache de boeuf,
800 gr de tomates bien mures,
2 oignons,
1 gousse d'ail,
1 bouquet de coriandre,
sel poivre
cumin et coriandre en poudre,
1 oeuf

Mélanger le boeuf avec 1/2 oignon émincé fin ,le bouquet de coriandre ciselé,1/2 cuiller à cafe de cumin,sel poivre et l'oeuf.

Former des boulettes de taille moyenne
Mettre le Cookéo en mode dorer et y déposer les boulettes,les retourner délicatement quand elles sont dorées ajouter l'oignon et demi restant et la gousse d'ail.
Pendant que ca dore couper les tomates en petits morceaux.ajouter 1 c à c de cumin et une c à c de coriandre en poudre sel poivre.Ajouter les tomates ,mettre le Cookéo en mode cuisson 12 min.
Servir avec une semoule aux abricots ou aux raisins.

Boulettes de boeuf façon ragoût

cookeo

boulettes de boeuf façon ragoût

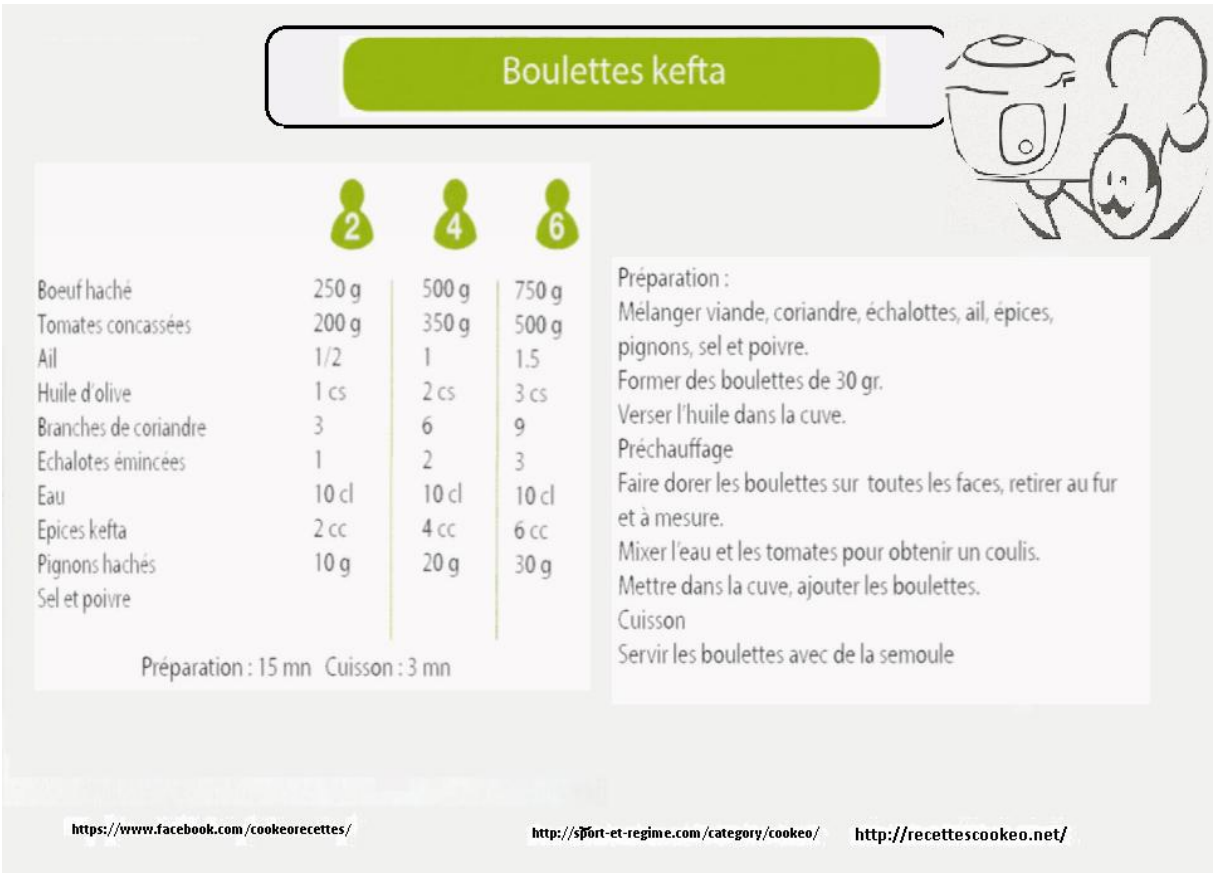
-30 boulettes de bœuf
-oignons émincés
-1 cs huile d'olive
-1 boîte de coulis de tomate
-200 ml de vin rouge
Olives vertes
Champignons de Paris émincés
Sel et poivre

Faire dorer les oignons et les boulettes, 2 minutes.
Ajouter les autres ingrédients, remuer.
Cuisson rapide 28 minutes.

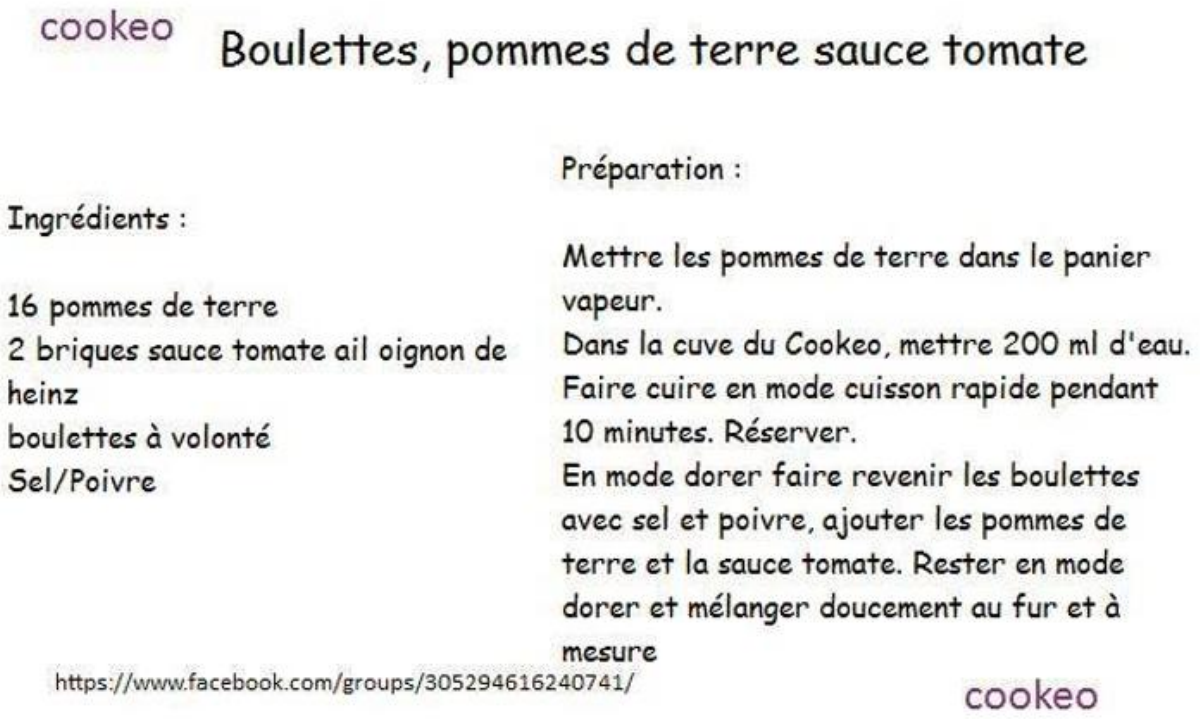
https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

cookeo

Boulettes Kefta



Boulettes pommes de terre tomates


cookeo

Boulettes, pommes de terre sauce tomate

Ingrédients :

16 pommes de terre
2 briques sauce tomate ail oignon de heinz
boulettes à volonté
Sel/Poivre

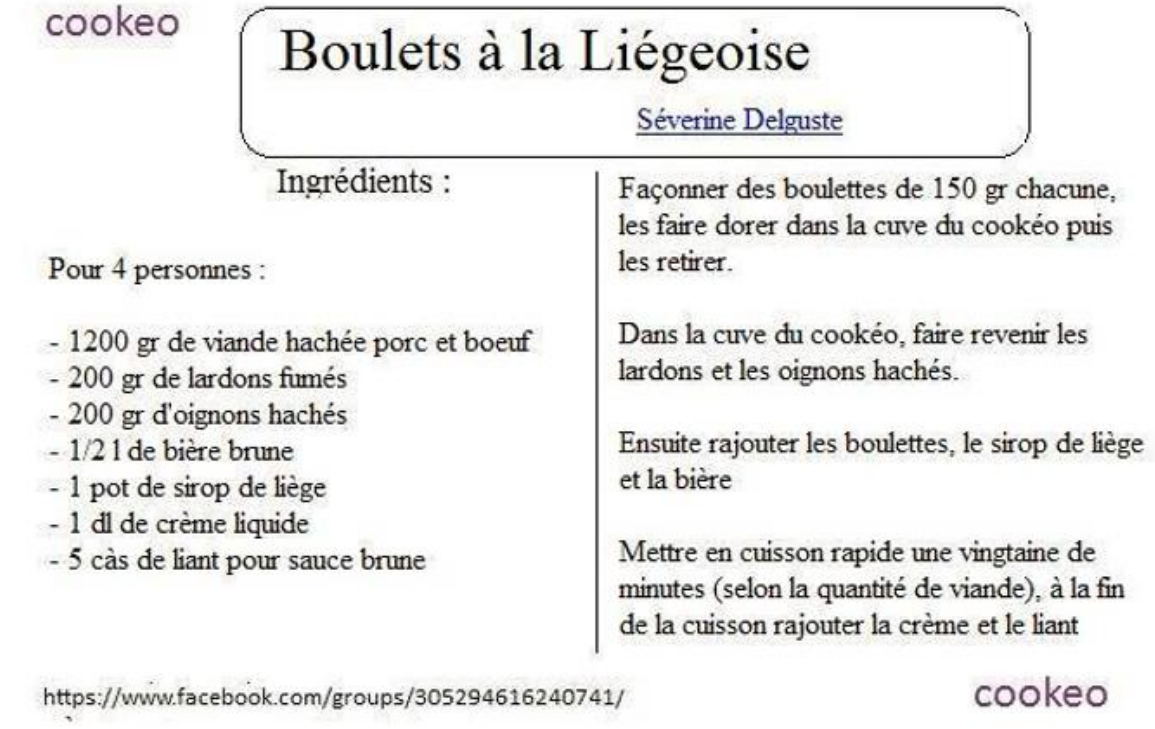
Préparation :

Mettre les pommes de terre dans le panier vapeur.
Dans la cuve du Cookeo, mettre 200 ml d'eau.
Faire cuire en mode cuisson rapide pendant 10 minutes. Réserver.
En mode dorer faire revenir les boulettes avec sel et poivre, ajouter les pommes de terre et la sauce tomate. Rester en mode dorer et mélanger doucement au fur et à mesure

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

cookeo

Boulets à la liégoise


cookeo

Boulets à la Liégeoise

Séverine Delguste

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 1200 gr de viande hachée porc et boeuf
- 200 gr de lardons fumés
- 200 gr d'oignons hachés
- 1/2 l de bière brune
- 1 pot de sirop de liège
- 1 dl de crème liquide
- 5 càs de liant pour sauce brune

Façonner des boulettes de 150 gr chacune, les faire dorer dans la cuve du cookéo puis les retirer.

Dans la cuve du cookéo, faire revenir les lardons et les oignons hachés.

Ensuite rajouter les boulettes, le sirop de liège et la bière

Mettre en cuisson rapide une vingtaine de minutes (selon la quantité de viande), à la fin de la cuisson rajouter la crème et le liant

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

cookeo

Boulettes sauce tomate et carottes

cookeo

BOULETTE SAUCE TOMATE ET CAROTTE

DE BÉNÉDICTE GAUTHIER VERVA

POUR 2 PERSONNES
300G DE VIANDE (HACHE VEAU ET AGNEAU PAR EXEMPLE CAR PLUS ONCTUEUX)
1 BOITE DE CONCASSE DE TOMATE
2 CAROTTES ANCIENNE (JE TROUVE QU ELLES ONT PLUS DE GOUT) SI VOUS NE VOULEZ PAS FAIRE DE PÂTES EN ACCOMPAGNEMENT IL FAUT METTRE PLUS DE CAROTTE (QUANTITÉ SELON VOTRE APPÉTIT)
1 OIGNON
1 GOUSSE D AIL
1 JAUNE D'OEUF
CHAPELURE
SEL
POIVRE
THYM
NOIX DE MUSCADE

COUPER LES CAROTTES DE DEUX FAÇON, 1 ET 1/2 CAROTTES EN FIN BÂTONNET OU RONDELLE ET LA 1/2 CAROTTE RESTANTE EN TOUT PETIT MORCEAU.
COUPER L OIGNON ET L AIL EN TOUT PETIT MORCEAU
EN MODE DORÉE:
GRACE A UN PEU DE MATIÈRE GRASSE (BEURRE + HUILE) FAIRE REVENIR OIGNON, AIL ET LA CAROTTE COUPER EN PETIT MORCEAU.
ENLEVER LE TOUT DE LA CUVE METTRE DANS UN SALADIER.
FAIRE REVENIR LES CAROTTES EN BÂTONNET OU RONDELLE.
LES SORTIR DE LA CUVE ET LES METTRE DE COTER.
DANS LE SALADIER OU VOUS AVEZ MIT L OIGNON, AIL ET CAROTTE METTRE L OEUF, LA CHAPELURE, LA VIANDE HACHE, SEL, POIVRE ET NOIX DE MUSCADE.
FAIRE DES BOULE DE 4CM DE DIAMÈTRE.
EN MODE DORÉE:
FAIRE DORÉE LES BOULETTES.
UNE FOIS QU ELLES ONT DORÉE SUR 2 FACES,
METTRE LES CAROTTES EN BÂTONNET OU RONDELLE, LE CONCASSE DE TOMATE ET LE THYM.
VÉRIFIER L ASSAISONNEMENT.
FERMER LE COOKEO ET METTRE EN MODE CUISSON RAPIDE 15 MIN.
SERVIR AUSSITOT.

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

cookeo

Boulettes sauce tomate

Moulinex cookeo

Boulettes sauce tomate

Anne Catherine
Lelong Thibaut

Ingrédients :

4 à 6 personnes
500g de haché de boeuf
500g de chair à saucisse de porc
3 boites de tomates pelées concassées (400g)
2 gros oignons
1 oeuf chapelure
3 gousses d'ail
sel poivre muscade

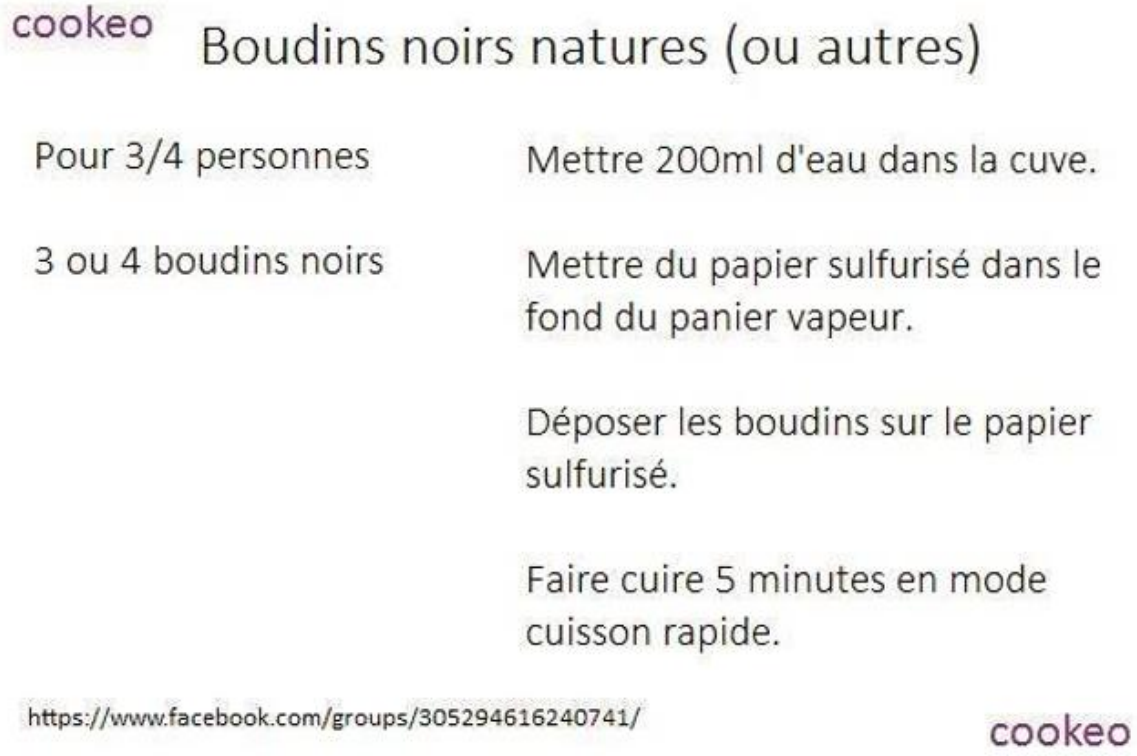
Préparer la sauce en mode dorer faire revenir les oignons et l'ail dans un peu de matière grasse, ajouter les tomates Passer en mode cuisson rapide et cuire 10 minutes.

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

PORC

Boudins noirs natures



Blanquette de porc

Cookeo

Blanquette de porc

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

4 escalopes de porc
1 pot de fromage banc 125 g
Sel
Poivre
400 g de carottes
1 verre de vin blanc
200 g de champignons congelés
100 g d'oignons congelés
1 cube de bouillon de bœuf
Huile d'olive

Préparation

Allumez votre cookeo, versez de l'huile d'olive dans la cuve et placez le sur la fonction dorer puis faites dorer les oignons et les champignons pendant 2 mn .Puis faites revenir les escalopes de porc que vous avez coupées en morceaux pendant 3mn.
Ajoutez les carottes et versez le verre de vin blanc, poivrez et salez selon votre convenance. Emiettez le cube de bouillon de bœuf puis mélangez l'ensemble de la préparation. Ajoutez le pot de fromage blanc et mélangez. Versez de l'eau pour recouvrir les ingrédients.
Placez votre appareil en fonction cuisson rapide soit en mode différé soit en cuisson immédiate. 5 Fermez le couvercle du cookeo .
Servez chaud avec un légume de votre choix.

Blé aux lardons et légumes

Blé au lardons et petits légumes

proposée par Morgane Mayeur

Ingrédients

400 gr de blé
1 barquette d'allumettes (lardons)
1/2 oignon
1 carottes
2 louches de pois chiche

Faire cuire le blé selon le mode ingrédients.
Vider la cuve et passer en mode manuel dorage
Mettre de l'huile d'olive et faire revenir les lardons et l'oignon couper en petit morceaux environ 3 minutes (moi j'ai arrêter avant la fin du préchauffage).

Remettre le blé dans la cuve, ajouter la carotte couper en bâton et les pois chiche,sel et poivre.Passer en mode cuisson rapide (j'ai programmer pour 3 minutes mais j'ai arrêter a moitié du préchauffage.)

Servir aussitôt.Bon appétit.

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

Blé au chorizo

Blé au chorizo

proposée par Nathalie Remond

Ingrédients

pour 6 personnes

500 gr de blé

1 petite boite de champignon entier

2 briques de tomate

250 gr de chorizo

1 litre + 30 cl d eau

1 bouillon de volaille

1 pincée de safran

sel

Mettre tous les ingredient dans le cookeo

Remuez

Sélectionner le programme par ingrédient

choisir blé

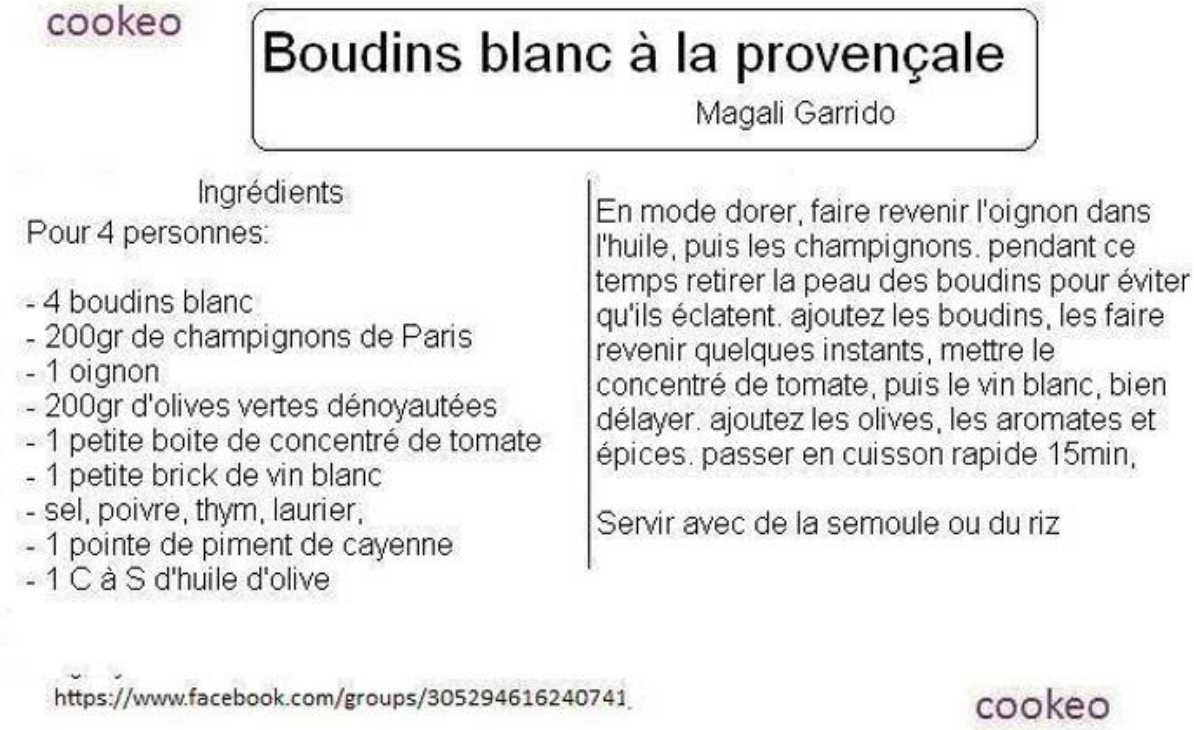
et mettre en route

patienter 5 min de cuisson

c est prêt bonne appétit !

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

Boudins blancs à la provencale



Boudins blancs aux pommes

Boudin blanc aux pommes

proposée par Delphine Kiraletoutletemps

Ingrédients

pour 2 personnes

2 boudins blanc

2 pommes

en mode manuel fonction dorer
couper le boudin en rondelle pas trop epaisse,
faire dorer 3-4 mn en remuant pour bien dorer les 2 faces et ajouter les pommes (pour ma part j'avais mis 1 pomme par personne après ca depend des gouts)
remuer et passer en mode cuisson rapide et compter 10 mn. voilà c pret a deguster

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

Boucané aux pommes de terre

cookeo

Boucané aux pommes de terre

Ingrédients :
Pour 6 personnes

- 500 g de boucané
- 1,5 kg de pommes de terre coupés en cube
- 3 gousses d'ail écrasé
- sel /poivre
- thym
- 1 pincée de curcuma
- 1 oignon
- 3 tomates ou tomates pelés
- 15 à 20 cl d'eau

- Couper le boucané de 2 cm environ et faire bouillir puis égoutter.
En mode dorer mettre le boucané et l'oignon une fois dorer
Mettre les épices et l'ail écrasé
Faire dorer 1 mn.
Ajouter les tomates et les pommes de terre et 15 à 20 l d'eau.
Remuer.
Cuisson rapide 8 minutes

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

cookeo

Boulettes de viande au chorizo

Boulettes et merguez façon tajine

POISSONS

Blancs d'encornets sauce tomate

Moulinex cookeo

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 morceux puis mettre la sauce tomate, le vin, le safran, le bouqet garni, sel, poivre.
Choisir le mode manuel, cuisson rapide et faire cuire 35 minutes.
Servir avec du riz.

Blanquette de poissons

Moulinex cookeo

Blanquette de poissons

Shirley Mikolajczak

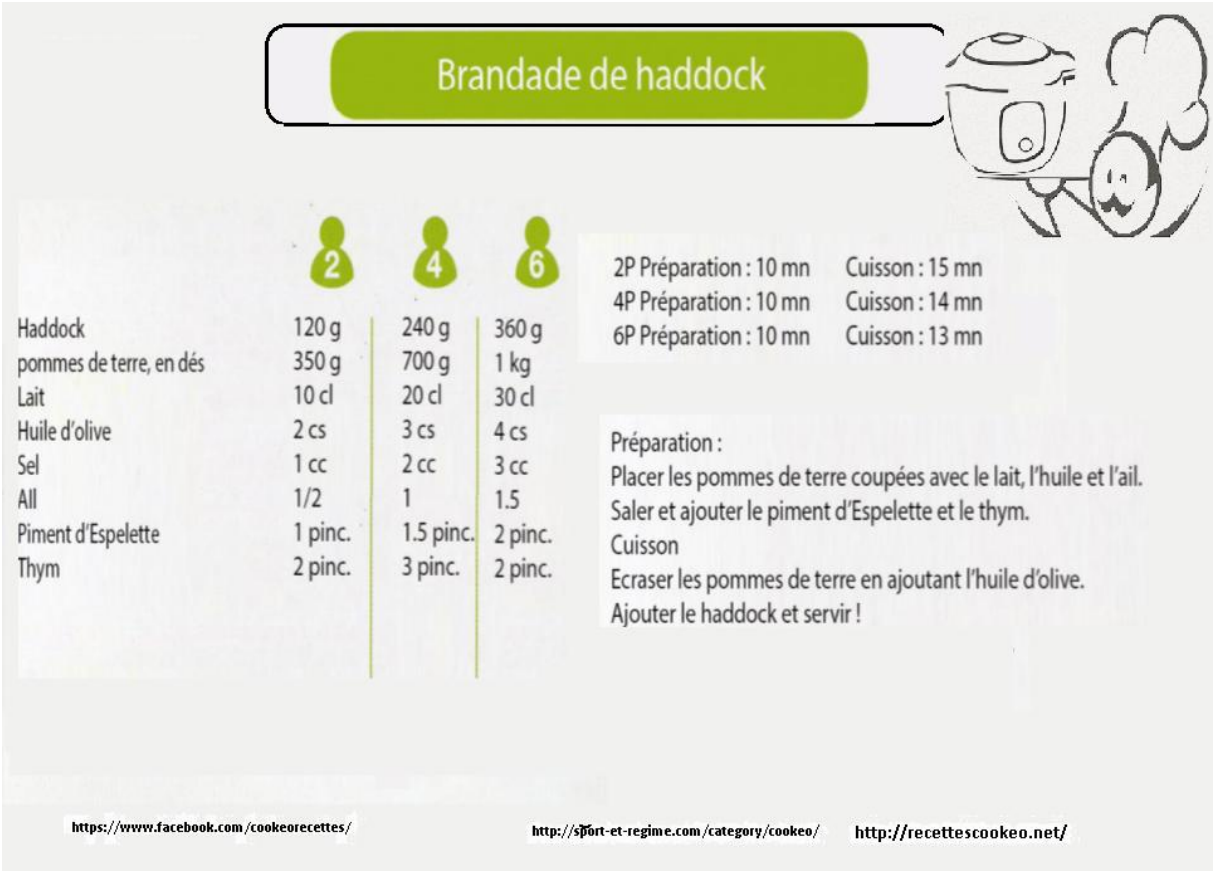
Ingrédients :

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

Brandade de haddock



Brandade de morue à sa façon

Brandade de morue

cookeo

Brandade de morue

Laura Valenti

Ingrédients :

Pour 2 personnes

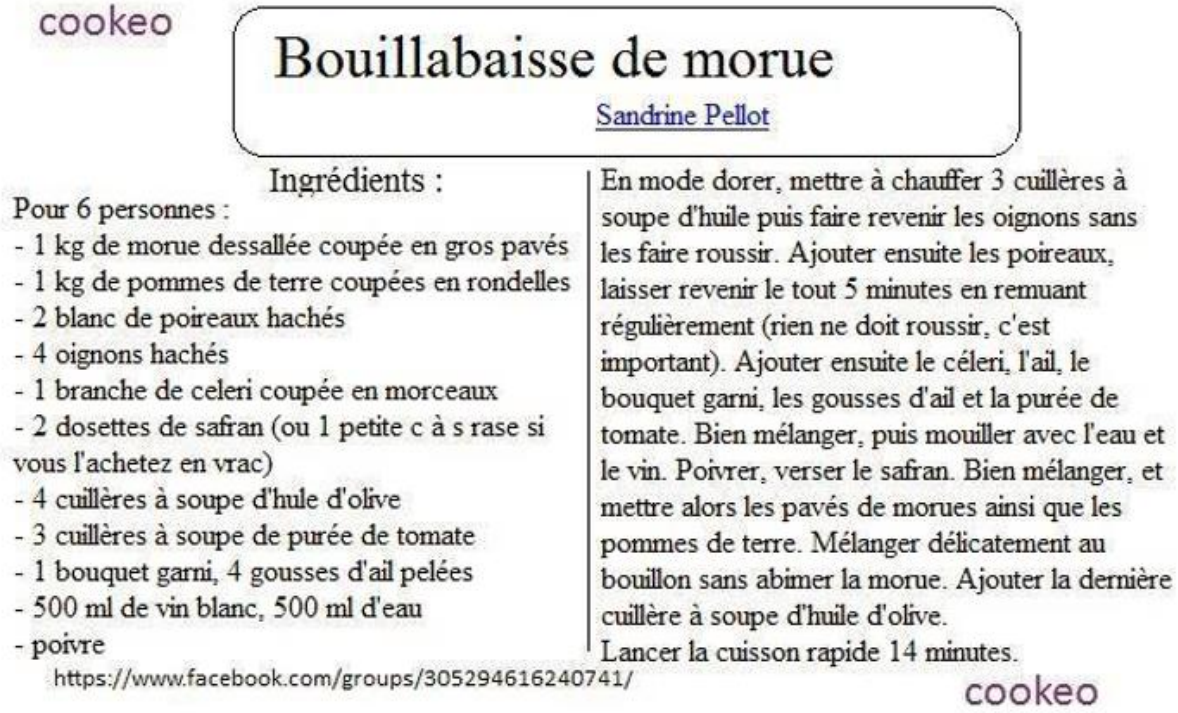
- 200g de dos de cabillaud
- 4 pommes de terre de taille moyennes
- Huile d'olive
- 1 c à s de persil
- 2 gousses d'ail
- sel, poivre
- 100 ml de lait
- 60 ml d'eau

Couper finement les pommes de terre en lamelles, les faire revenir en mode DORER 10 min dans l'huile d'olive et l'ail finement coupé.
En fin de cuisson ajouter le persil et remuer.
Ajouter le lait et l'eau assaisonner et remuer de nouveau puis ajouter le poisson sur le dessus sans l'emietter.
Cuisson rapide 2 min.
Réduire en purée épaisse.

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

cookeo

Bouillabaisse de morue



cookeo

Bouillabaisse de morue

Sandrine Pellot

Ingrédients :

Pour 6 personnes :

- 1 kg de morue dessallée coupée en gros pavés
- 1 kg de pommes de terre coupées en rondelles
- 2 blanc de poireaux hachés
- 4 oignons hachés
- 1 branche de celeri coupée en morceaux
- 2 dosettes de safran (ou 1 petite c à s rase si vous l'achetez en vrac)
- 4 cuillères à soupe d'hule d'olive
- 3 cuillères à soupe de purée de tomate
- 1 bouquet garni, 4 gousses d'ail pelées
- 500 ml de vin blanc, 500 ml d'eau
- poivre

En mode dorer, mettre à chauffer 3 cuillères à soupe d'huile puis faire revenir les oignons sans les faire roussir. Ajouter ensuite les poireaux, laisser revenir le tout 5 minutes en remuant régulièrement (rien ne doit roussir, c'est important). Ajouter ensuite le céleri, l'ail, le bouquet garni, les gousses d'ail et la purée de tomate. Bien mélanger, puis mouiller avec l'eau et le vin. Poivrer, verser le safran. Bien mélanger, et mettre alors les pavés de morues ainsi que les pommes de terre. Mélanger délicatement au bouillon sans abimer la morue. Ajouter la dernière cuillère à soupe d'huile d'olive.
Lancer la cuisson rapide 14 minutes.

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

cookeo

DESSERTS

Brioche perdue au pudding

Cookeo Moulinex

Brioche perdue en pudding

Ingrédients

2 oeufs
50 g de sucre
1 L de lait
2 càs d'eau de fleur d'oranger

8 tranches de brioche
Sucre glace (pour décorer)
Moule rond chemisé

Préparation

Mélanger oeufs et sucre.

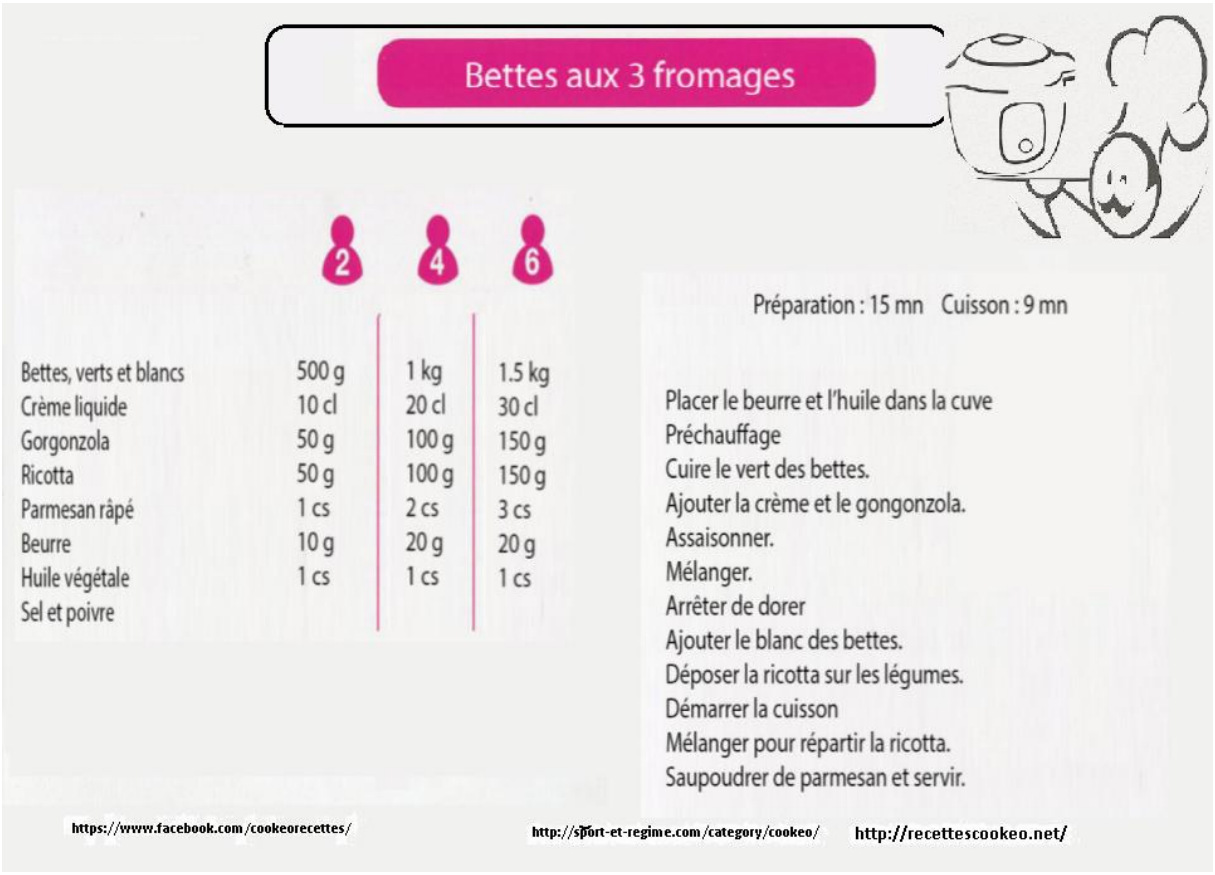
Ajouter le lait et l'eau de fleur d'oranger.
Plonger les tranches de brioche dans ce mix. Placer dans un moule rond chemisé.
Filmer le moule. Placer dans le panier vapeur, puis le tout dans la cuve remplie de 20 cl d'eau.
Cuisson sous pression : 30 min.
Passer un couteau autour et démouler.
Saupoudrer de sucre glace et manger tiède. Agrémenter de quelques morceaux d'orange.

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

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

LEGUMES

Bettes aux 3 fromages



Blanquette de poireaux

cookeo

blanquette de poireaux
WW 2pts

Pour 4 pers.
-3poireaux en tronçon
-4pdt en dés
-1oignon haché
-1cac de fond de volaille
-200ml d'eau , 2 cac d'huile
-1jaune d'oeuf
-2cas de crème fraîche allégée
-ciboulette, sel,poivre

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

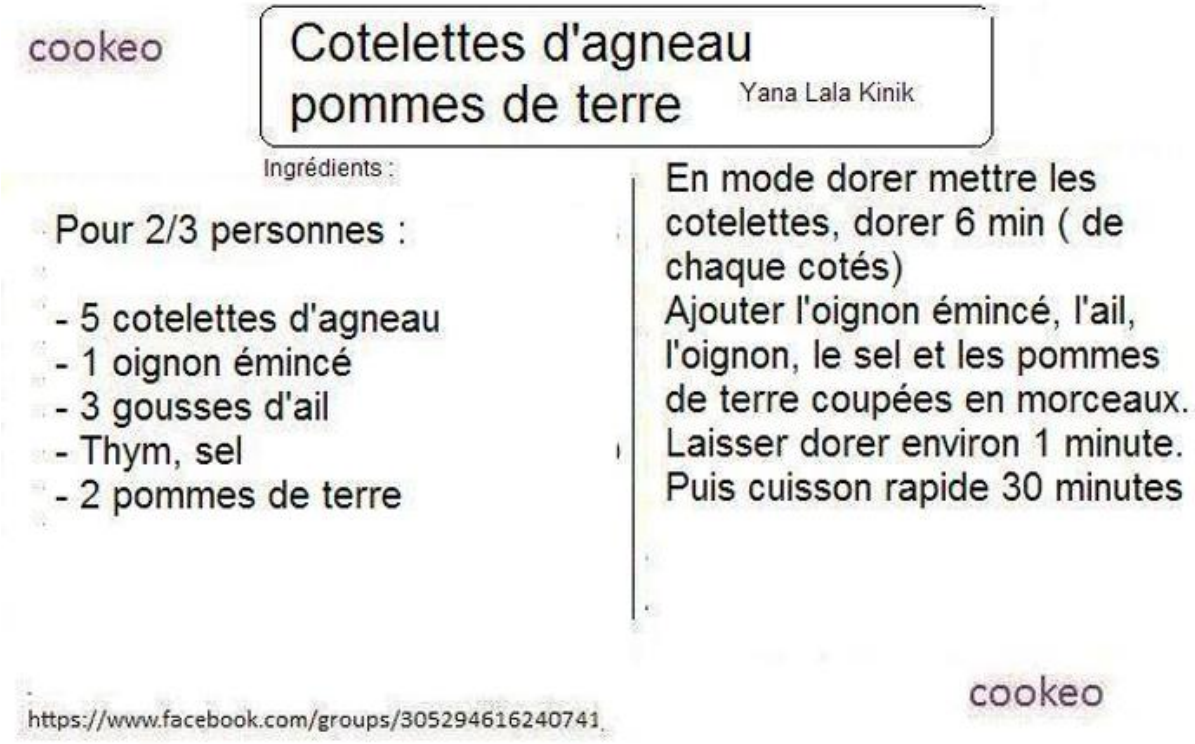
Faire dorer les oignons, ajouter les poireaux, les pdt et le bouillon. Cuisson rapide 10 minutes.
A part, battre le jaune, la crème et la ciboulette, verser sur les poireaux.

LETTRE C

VIANDES

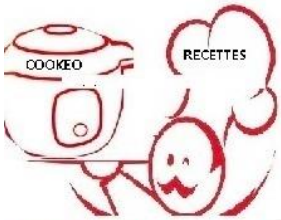
AGNEAU

Cotelettes d'agneau



PLATS COMPLETS

Carottes bolognaise



Carottes bolognaise

Ingrédients pour 4 personnes

800 g de carottes
400 g de viande hachée
200 g d'oignons
1 petite boite de concentré de tomates
2 cuillères à café de persil
1 petit verre de vin blanc
200 ml d'eau
1 cube de bouillon de bœuf
Sel
Poivre

Préparation

Mode dorer
Versez de l'huile dans la cuve et faites revenir les oignons pendant une minute puis ajoutez la viande hachée.
Ajoutez ensuite les carottes que vous avez coupées en morceaux .
Versez le verre de vin blanc , le bouillon composé de 200 ml d'eau et d'un cube de bouillon de bœuf émietté.
Salez et poivrez .

Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 10 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez la boite de concentré de tomates. Mélangez et servez chaud

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

Cassoulet

Cassoulet

Cassoulet

proposée par Francine Devie

Ingrédients
pour 4 personnes

2 saucisses a cuire
2 cuisses de canard confie
8 rondelles de saucisson a l ail
1cas de graisse d'oie ,
50cl de jus de tomate ,
1 cas de concentré de tomate
oignons, ail ,sel ,poivre ,
une pincée piment d espelette ,
2cas de chapelure
250 g d haricot blanc a faire tremper la veille

En mode manuel >dorer ,
faire dorer les cuisses et les saucisses (attention aux projections)
une fois roti selon votre gout retirer la viande metre les oignons et l ail a dorer un peu ,
arreter de dorer metre les haricots , le concentré de tomate le jus tomates les épices poser la viande sur les haricots
ajoutez 2cas chapelure au dessus et fermer cuire en mode rapide 30 mn .
bon app !!!

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

Cassoulet pas cher

Moulinex cookeo

Cassoulet "pas cher"

Sabrina Lefevre

Ingrédients :

pour environ 6 personnes ;

1 saucisson a l'ail ,
1 cervelas ,
2 barquette de lardon 200 gr ,
6 pommes de terre ,
1 paquet de saucisse de strasbourg (a couper en deux) ,
2 boite d'haricot blanc a la tomate ,
1/2 boite d'eau
3 oignons
1 petite boite de concentré de tomate

J'ai couper mes oignons et eplucher mes patates ensuite en mode dorer faire fondre une pointe de margarine , y mettre les lardons et les oignons coupé , faire revenir , ensuite couper les saucisson en rondelles que vous inserer , faire cuire avec le reste des ingredients , melanger en douceur , qd ca sonne vous ajouter les patates couper en quartier et les haricots a la tomate , la 1/2 boite d'eau avec la moitie de la petite boite de concentre de tomate diluer dedans ! assaisonnez et fermer le couverce ! les saucisses de strasbourg seront a rajouter apres les 20 mn de cuisson rapide et remettre environ 5 mn en cuisson rapide !

Cassoulet à ma façon

cookeo

Cassoulet à ma façon

Isabelle Guilbert

Ingrédients :

Pour 4 personnes

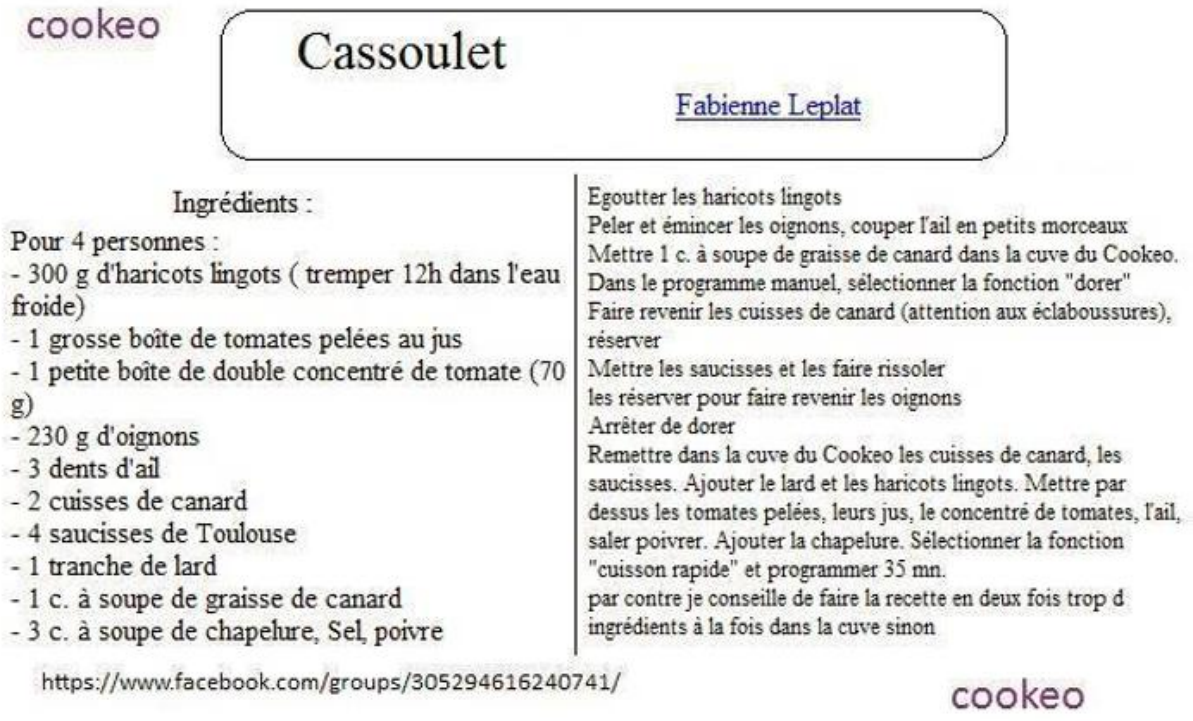
- 1/2 saucisse de morteau
- 8 rondelles de saucisson à l'ail
- 1 c à s de concentré de tomates
- oignon, ail
- poivre, thym, laurier
- 2 c à s de chapelur
- 300 g d'haricots blancs lingots secsà faire tremper la veille
- 1/2 carotte en rondelles
- 1 verre d'eau
- lardons maigres
- saucisses de strasbourg/personne

En mode dorer, mettre l'huile d'olive, la saucisse de morteau en rondelles, l'oignon émincé, l'ail puis le saucisson à l'ail.
Arrêter de dorer, ajouter la c à s de concentré de tomates puis les haricots blancs, le thym, le laurier, 2 c à s de chapelure et cuire en mode rapide 30 min.
En mode maintien au chaud ajouter les saucisses de strasbourg.

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

cookeo

Cassoulet


cookeo

Cassoulet

Fabienne Leplat

Ingrédients :

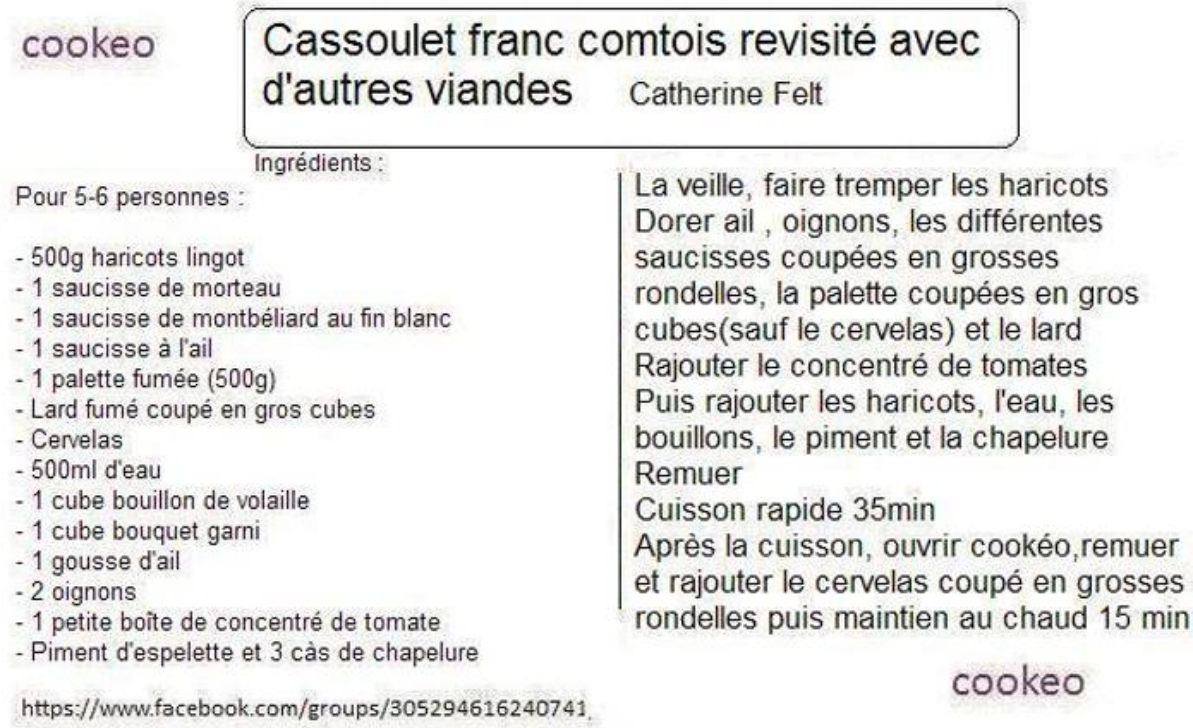
Pour 4 personnes :
- 300 g d'haricots lingots (tremper 12h dans l'eau froide)
- 1 grosse boîte de tomates pelées au jus
- 1 petite boîte de double concentré de tomate (70 g)
- 230 g d'oignons
- 3 dents d'ail
- 2 cuisses de canard
- 4 saucisses de Toulouse
- 1 tranche de lard
- 1 c. à soupe de graisse de canard
- 3 c. à soupe de chapelure, Sel, poivre

Egoutter les haricots lingots
Peler et émincer les oignons, couper l'ail en petits morceaux
Mettre 1 c. à soupe de graisse de canard dans la cuve du Cookeo.
Dans le programme manuel, sélectionner la fonction "dorer"
Faire revenir les cuisses de canard (attention aux éclaboussures), réserver
Mettre les saucisses et les faire rissoler
les réserver pour faire revenir les oignons
Arrêter de dorer
Remettre dans la cuve du Cookeo les cuisses de canard, les saucisses. Ajouter le lard et les haricots lingots. Mettre par dessus les tomates pelées, leurs jus, le concentré de tomates, l'ail, saler poivrer. Ajouter la chapelure. Sélectionner la fonction "cuisson rapide" et programmer 35 mn.
par contre je conseille de faire la recette en deux fois trop d ingrédients à la fois dans la cuve sinon

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

cookeo

Cassoulet franc Comtois


cookeo

Cassoulet franc comtois revisité avec d'autres viandes Catherine Felt

Ingrédients :

Pour 5-6 personnes :

- 500g haricots lingot
- 1 saucisse de morteau
- 1 saucisse de montbéliard au fin blanc
- 1 saucisse à l'ail
- 1 palette fumée (500g)
- Lard fumé coupé en gros cubes
- Cervelas
- 500ml d'eau
- 1 cube bouillon de volaille
- 1 cube bouquet garni
- 1 gousse d'ail
- 2 oignons
- 1 petite boîte de concentré de tomate
- Piment d'espelette et 3 càs de chapelure

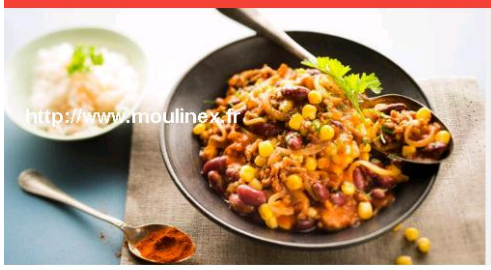
La veille, faire tremper les haricots
Dorer ail , oignons, les différentes saucisses coupées en grosses rondelles, la palette coupées en gros cubes(sauf le cervelas) et le lard
Rajouter le concentré de tomates
Puis rajouter les haricots, l'eau, les bouillons, le piment et la chapelure
Remuer
Cuisson rapide 35min
Après la cuisson, ouvrir cookéo,remuer et rajouter le cervelas coupé en grosses rondelles puis maintien au chaud 15 min

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

cookeo

Chili Moulinex

CHILI APPLI MON COOKEO



Ingrédients pour 2 personne(s) :

600 g de viande de boeuf hachée
2 càs de cumin en poudre
300 g d'haricots rouges cuits
25 cl de jus de tomate
150 g d'oignons émincés
0.5 càc de poudre de chili
1 càs d'huile végétale
0.5 petite boîte de maïs (égoutté)
Sel et poivre

Préparation

Préparer les ingrédients.
Emincer les oignons.
Verser l'huile dans la cuve.
Faire revenir l'oignon dans l'huile.
Mettre tous les autres ingrédients dans la cuve.
Cuisson sous pression : 7 min
Servir !

Chili revisité

Moulinex cookeo

Chili revisité

Isabelle Rives

Ingrédients :

6 pers
1 kg viande hachée
2 c soupe cumin
500g haricots rouges
500 ml jus tomate
1 demi boite tomates pelées
1 poivron rouge en cubes
1 sachet de riz
1 oignons
sel et poivre

Tout mettre dans le cookeo cuisson pré programmée du chili 7 mn

Chili à ma façon

cookeo

Chili à ma façon

Catherine Felt

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 650g viande hachée
- 2 gros oignons
- 300g haricots rouges
- 400 ml coulis de tomates fraîches
- 1 petite boîte de mais
- 2 pincées de piment d'espelette
- 1 marmite de bouillon de volaille
- 1 marmite de bouillon bouque garni
- Sel poivre ail
- 1 petite boîte de concentré de tomate

Faire dorer les oignons et la viande
Puis ajouter le concentré et remuer
Ajouter les haricots rouges , le mais
Ajouter le coulis de tomate , le piment et les bouillons de volaille et bouquet garni
Remuer le tout et cuisson rapide 7min

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

cookeo

Chili con pollo

Moulinex cookeo

Chili con pollo

Sonia Manuel

Ingrédients :

2 personnes

2 cuisses de poulets
200ml de fond de veau
Un pot de sauce bolognaise
Riz
haricots rouge
Sel et poivre

En mode dorer faire revenir les cuisses de poulets pour ma part j'ai fait doré jusqu'à ce que la peau soit bien dorée.
arreter de dorer et passer en mode cuisson en ajoutant le fond de veau et l'eau. cuire pendant 10 min (mon poulet etait congelé)
j'ai cuit a part le riz mais je pense qu'on peut le mettre avec
Ensuite j'ai fait remis en mode doré pour évaporer rapidement le trop d'eau
j'ai rajouter les haricots le riz et la sauce bolognaise et remuer j'ai stoppé le mode dorage (pas eu le temps de finir pour info)
j'ai fermé et maintient au chaud le temps de l'apéro etc etc !

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

Choucroute

Choucroute

	2	4	6
Choucroute cuite	300 g	600 g	900 g
Saucisses de Morteau	1/2	1	1.5
Pommes de terre	160 g	320 g	480 g
Tranches de lard fumé	2	4	6
Vin blanc d'Alsace	10 cl	12 cl	15 cl
Saucisses de Strasbourg	2	4	6
saucisson fumé à l'ail	2	4	6
Palette de porc fumée	1/4	1/2	1
Baie de genièvre	2	6	8

Préparation : 5 mn Cuisson : 6 mn

Préparation :
Mettre les pommes de terre, le chou, puis les autres ingrédients dans la cuve.
Cuisson

Choucroute alsacienne

cookeo

choucroute alsacienne

ın jarret de porc demi-sel
ın morceau de lard fumé
. saucisse de Montbéliard
5 saucisses de Strasbourg
5 PDT
.,5 kg de choucroute cuite
50 cl de vin blanc
50 cl d'eau
Dignons, 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 starsbourg à part.

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

cookeo

Choucroute

cookeo

Choucroute

Marie Nowaczyk Dernoncourt

Ingrédients

pour 6 personnes :
- 1 kilo 500 de choucroute precuite,
- 1 kilo de pomme de terre,
- 4 sauciisses de morteau,
- 1 grosse saucisses de montbeliart (300gr coupées en rondelles) ,
- 1 saucisson a l'ail,
- 2 barquettes de lardons,
- 6 saucisses fumées ou metka,
- 1 cuillere a café de moutarde,
- 10 cl d'eau et 20 cl de vin blanc sec

Le tout dans le cookéo (faire d'abord a dorer la charcuterie 10 mns avec le vin blanc) ensuite ajouter le reste des ingredients, et 25 mns en cuisson rapide

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

cookeo

Couscous Moulinex

Couscous APPLI MON COOKEO

Ingrédients pour 2 personne(s) :

2 pilons de poulet
100 g de carottes en tronçons
80 g de pois chiches en boîte
200 g de courgettes en demi-tronçons
1 bouillon aux épices MAGGI
50 g d'oignon émincé
15 cl d'eau
10 g de concentré de tomate
1 cs d'huile d'olive

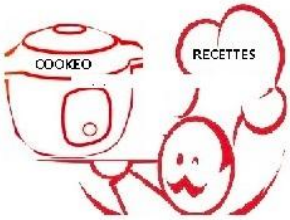
Préparation

Préparer les ingrédients.
Émincer les oignons.
Verser l'huile dans la cuve.
Faire dorer l'oignon et les pilons 5 minutes.
Ajouter tous les ingrédients sauf les pois chiches et poivrer.
Cuisson sous pression : 10 min.
Ajouter les pois chiches. Servir avec de la semoule à la cannelle. Bon appétit !

Couscous boulettes express

Cookeo Moulinex

Couscous boulettes légumes express



Ingrédients pour 4 personnes

12 boulettes de bœuf
200 g de semoule
1 cuillère à café d'huile d'olive
1 demi-cuillère de cumin
1 demi-cuillère de ras-el-hanout
50 g d'oignons congelés
250 g de carottes congelées en rondelles
200 g de courgettes congelées
100 g de pois chiches cuits (en boite)
1 cuillère à soupe de coriandre congelée
700 ml d'eau
Sel
Poivre

Préparation

Déposez dans la cuve tous les ingrédients :
Les carottes
Les oignons
Les courgettes
Les pois chiches
Les boulettes de boeuf

Versez les 700 ml d'eau.
Ajoutez les ½ cuillères de cumin et de ras-el-nout ainsi que la cuillère de coriandre.
Salez et poivrez.
Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 7 mn
Préparation de la semoule selon les indications du paquet

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

Couscous boulettes

Ingrédients :

4 personnes

- 700gr de bœuf (ou de boulettes préparées)
- 200gr de semoule pour couscous
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- 1 cuiller à café de gingembre râpé
- 1 cuiller à café de cumin
- 3 cuillers à soupe de ras el hanout
- 1 bouillon cube de bœuf dégraissé
- 250 ml d'eau
- huile
- sel
- poivre
- maïzena (facultatif) *
- piment harissa (facultatif)*

*Astuces :
- Lorsque la cuisson est terminée, si vous trouvez la sauce trop liquide à votre goût, ajouter une petit cuillère à soupe Maïzena.
- Pour ceux qui aiment le plat relever, ajouter du piment harissa à votre goût (une bonne cuillère à café, ça relève

1/ Dans le cookéo, en mode « ingrédients », choisir «riz et céréales », puis « quinoa ». Sélectionner « 200 gr », mettre la semoule dans la cuve et recouvrir d'eau avec un peu de gros sel. Temps de cuisson : 5 min. Egoutter en fin de cuisson et réserver au chaud.
2/ Après avoir émincés les oignons, les mettre dans Cookéo avec un filet d'huile d'olive. Sélectionner le mode « manuel » puis « dorer ». Faire blanchir les oignons.
3/ Pendant ce temps, rouler la viande pour en faire de belle boulette (calibre petit à moyen). Les ajouter dans la cuve du Cookéo quand les oignons sont blanchis et faire dorer vos belles boulettes (juste dorer pas cuire !).
4/ Préparer 250 ml d'eau chaude, laisser fondre un bouillon cube de bœuf dégraissé, y ajouter les 2 gousses d'ail écrasées, les épices ras el hanout, cumin et gingembre), saler et poivrer à votre goût.
5/ Une fois le dorage des boulettes terminer, passer le Cookéo en mode « cuisson rapide », y ajouter votre bol de bouillon épicé. Temps de cuisson : 4 min.

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

Couscous de cailles aux raisins

Couscous aux épices douces 5 PP 5 SP

Cookeo Moulinex

Couscous aux épices douces

270 CALORIES 5 PP 5 SP

Ingrédients pour 4 personnes

200 g de semoule
1 cuillère à café d'huile d'olive
1 demi-cuillère de cumin
1 demi-cuillère de ras-el-hanout
50 g d'oignons congelés
250 g de carottes congelées en rondelles
200 g de courgettes congelées
100 g de pois chiches cuits (en boite)
1 cuillère à soupe de coriandre congelée
700 ml d'eau
Sel
Poivre

Préparation

Déposez dans la cuve tous les ingrédients :
Les carottes
Les oignons
Les courgettes
Les pois chiches
Versez les 700 ml d'eau.
Ajoutez les ½ cuillères de cumin et de ras-el-nout ainsi que la cuillère de coriandre.
Salez et poivrez.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 7 mn

Préparation de la semoule selon les indications du paquet

http://recettescookeo.net/

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

Couscous express aux légumes

cookeo

Couscous express aux légumes frais

Melanie Lee

Ingrédients :

Pour 8 personnes
- 1 courgette
- 1 poivron rouge
- 1 poivron vert
- 3 carottes
- 1 navet
- 1/4 de celeri ou 1 branche
- 1/2 aubergine
- 1 ou 2 piments
- 2 petites boites de tomates pelées
- 1 boite de pois chiches
- 2 cubes de bouillon
- 8 blancs de poulet (cotes d'agneau/ boeuf)
- 8 merguez

Faire dorer les blancs de poulet avec l'huile d'olive pendant quelques minutes.
Mettre tous les autres ingrédients sauf les pois chiches.
Ajouter de l'eau jusqu'à la hauteur des légumes.
Cuisson rapide 20 min
Ajouter les pois chiches
Remettre cuisson rapide 2 min

Servir avec de la semoule

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

cookeo

Couscous express

Couscous "express"

proposée par Muriel Sicchia

Ingrédients

4 pilons de poulet
4 cotes d'agneau
1 oignon
1 sachet d'un kg de legumes congelés (pour couscous)
2 Cuilleres a soupe de raz el hanout
2 Cuilleres a soupe de concentré de tomates
Sel et Eau

Faire revenir 4 pilons 4 cotes d'agneaux et des oignons recouvrir de légumes couscous congelés 1 sachet 1kg
Couvrir d'eau et mettre 2c a soupe de concentre de tomates
2cs de raz el hanout, un peu de sel

Cuisson rapide 15 mn
Voilà ....
Semoule faite a part
Bon appétit ....

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

Couscous agneau

Moulinex cookeo

Couscous à l'agneau

Hélène LN

Ingrédients :

700g d'agneau,
1 sachet de legume couscous congelé,
1 grosse boite de tomate pelée,
1 oignon.

En mode Dorer
Faites dorer l'oignon avec un filet d'huile d'olive, rajouter l'agneau et faites dorer chaque côté. Ajouter les légume la boite de tomates pelées et rajouter de l'eau dans la conserve vide pour remettettre dans le cookéo, saler et poivrer. Mettre le programme cuisson 20 mn.

Couscous poulet merguez

Cookeo Moulinex

couscous poulet/merguez

Pour 4 pers.
-2 cuisses de poulet coupées en 2
-4 merguez
- huile d'olive
-1 boite de concentré de tomates
-1 cas d'épices à couscous
-1 cube de bouillon de boeuf
-1 kg de légumes surgelés.

Faire dorer le poulet dans l'huile, le retirer et faire dorer les merguez. Remettre le poulet et tous les autres ingrédients, ajouter 1/2 litre d'eau, cuisson rapide 15 mins. Faire la semoule à part.

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

cookeo

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

Couscous

cookeo

Couscous à ma façon

Isabelle Guilbert

Ingrédients

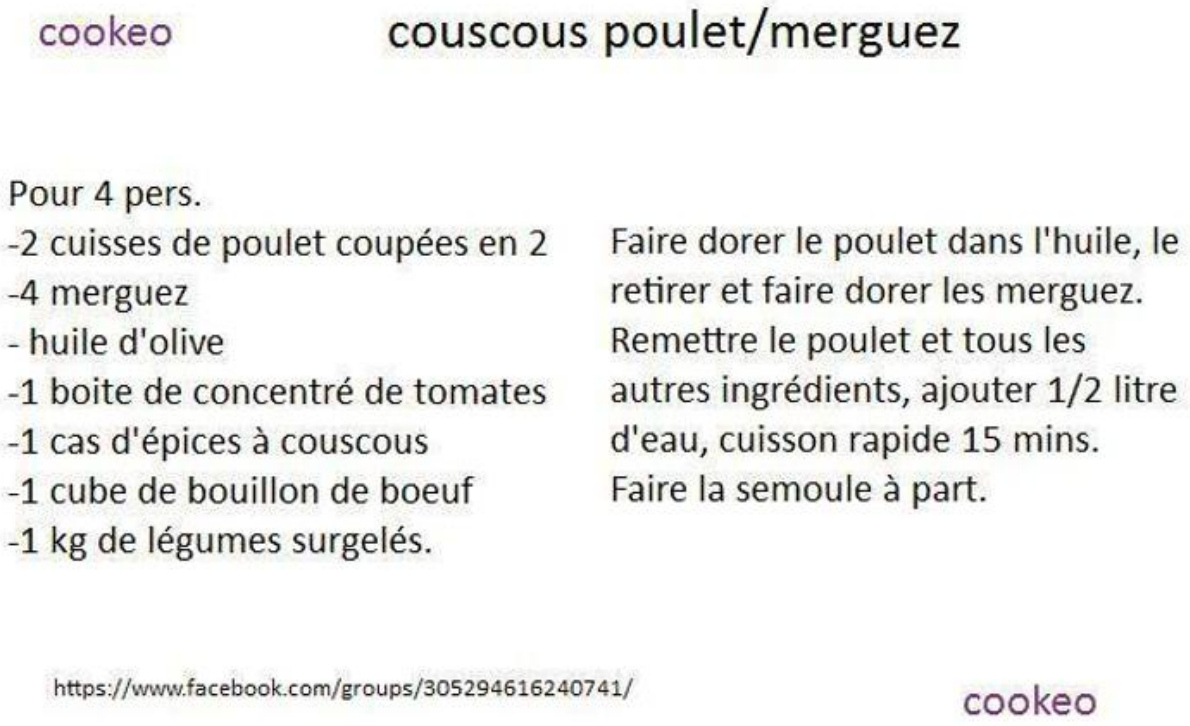
pour 4 personnes :
- 1 boite de tomates pelées petit modéle
-1 bouillon cube de boeuf dégraissé
- 1 CS de concentré de tomate
- 1 oignon piqué de trois clous de girofle
- 2 navets 3 carottes 1 poivron 1 courgette coupés en morceaux
- 1 dose de safran
- sel poivre
- ras el hanout selon le goût
- ail
- facultatif une tranche de gigot pour le bouillon

Mettre tous les ingrédients
Ajouter de l'eau presque à hauteur des légumes
Cuisson rapide 15 mn
Cuire la semoule à part ainsi que les viandes (cotes agneau - brochettes de boeuf et merguez au grill) et ajouter les pois chiches en maintien au chaud quelques minutes

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

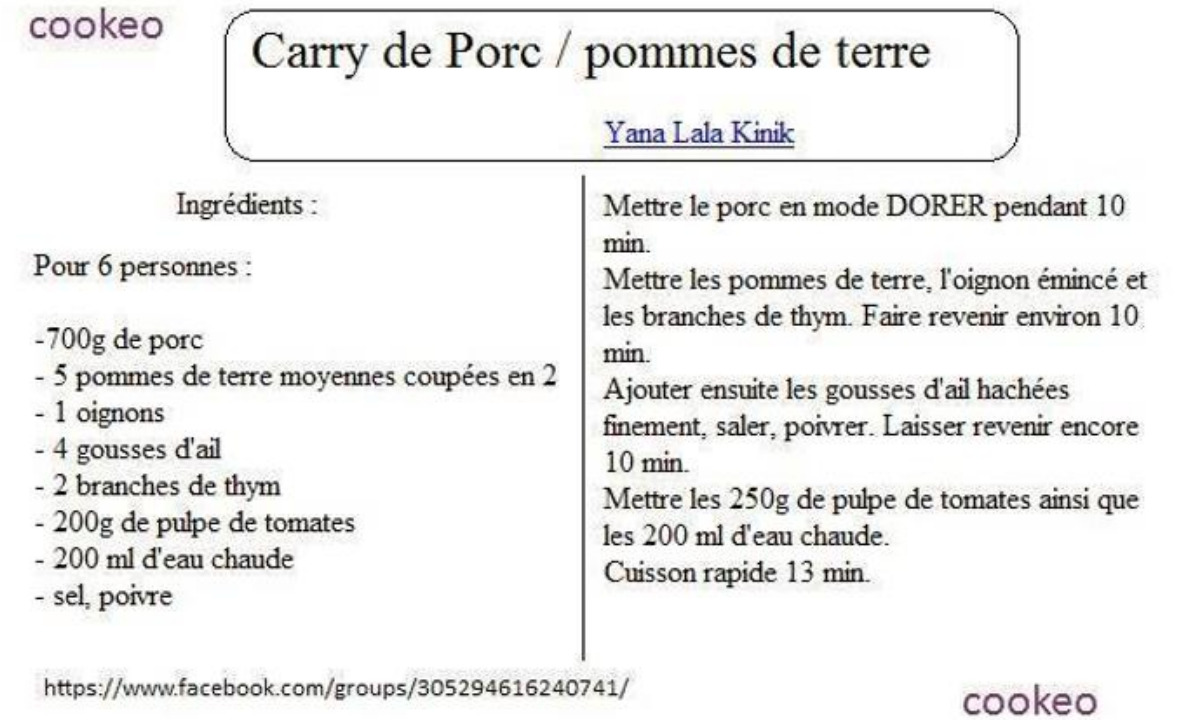
cookeo

Couscous Poulet merguez



PORC

Carry de porc



Chair à saucisses aux légumes

Moulinex cookeo

Chair à saucisses aux légumes

Séverine Lobel

Ingrédients :

4pers.
500 chair a saucisse,
10 pommes de terres,
2 courgettes,
une grosses boite de tomate pelees,
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 boite de tomates pelees, ajouté un kub or dilué dans de l'eau 200ml environ, assaisonné et cuisson rapide 15mn, un delice!

Chipolatas à la tomate

Saucisses chipolata à la tomate

proposée par Anne Destailleur

Ingrédients

Des saucisses chipolata
2 boites de tomates en morceaux (en général j'achète à l'ail ou aux légumes),
Quelques pommes de terre,
1 oignon,
1 poivron,
1 feuille de laurier,
sel, poivre,
et purée de piment,
un peu de matière grasse

Je coupe mes chipolatas en morceaux de 4-5 cm,
je les fais dorer dans le cookéo avec un peu de matière grasse, j'ajoute mes pommes de terre que j'ai préalablement coupé en morceaux, mon oignon et mon poivron également coupé,
je laisse encore dorer quelques minutes, j'ajoute mes boites de tomates, plus de l'eau, j'emploie une des boites , ma feuille de laurier, sel, poivre, et ma purée de piment (selon les gouts) je mets en cuisson rapide 20minutes
bon appétit

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

Chipolatas et gnocchis

Moulinex cookeo

Chipolatas et gnocchis

Linda Isone

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

Chou rouge au lard

Moulinex cookeo

Chou rouge au lard

Manue Manue Lhotelier

Ingrédients :

1 chou rouge
200g de lard
1 cuillère de cassonade (ou de sucre)
2 cuillères à soupe de vinaigre

Couper le chou en lamelles (retirer les grosses cotes et le trognon), passer les lamelles sous l'eau pour les laver...
Ensuite, dans le cookéo, mode "ingrédients/chou" 25 minutes de cuisson pour 1kg (comme marqué sur le programme)
Une fois cuit,égoutter.
Dans le cookéo, mode "cuisson rapide", faire revenir environ 200g de lard coupé en morceaux, remettre le chou, 1 verre d'eau, 1 cuillère de cassonade (ou de sucre) et 2 cuillères à soupe de vinaigre. Cuisson 10 minutes.

Choux verts et saucisses

Choux vert & saucisses

proposée par Francine Devie

Ingrédients

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 ct 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 choux vert coupés +1/2litre d eau et mis cuisson rapide 15mn
le resultat est delicieux simple rapide !!!
si quelqu un essaye ou améliore merci de me le dire a+

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

Colombo de porc à la banane

cookeo

Colombo de porc (ou agneau) à la banane de Sandrine

Sandrine Pellot

Ingrédients :

Pour 4 personnes :
- 800 gr de porc (ou agneau) en morceaux
- 1 grosse boite de tomates concassées
- 2 bananes coupées en rondelles
- 4 cuillères à soupe de curry
- 100 ml de lait de coco
- 100 ml de crème liquide
- 2 oignons émincés
- 3 gousses d'ail écrasées
- beurre
- 1 cuillère à café de cannelle
- sel et poivre

En mode dorer, faire fondre le beurre et y mettre à dorer la viande quelques minutes. Le retirer. Mettre les oignons + l'ail à suer, puis remettre ensuite la viande + le curry. Mélanger pendant 2 minutes. Ajouter les tomates égouttées + la moitié des rondelles de bananes. Cuisson rapide 12 minutes. Ajouter le lait de coco + la crème liquide, mélanger délicatement, puis déposer les rondelles de bananes restantes. Ne pas mélanger. Saupoudrez avec la cannelle. Ne toujours pas mélanger. Cuisson rapide 2 minutes.
A servir avec du riz basmati

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

cookeo

Colombo de sauté de porc ➳➳➳

Cookeo

Colombo de sauté de porc au cookeo

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes :

500 g de sauté de porc en morceaux
500 g de champignons de Paris congelés
500 g de carottes en rondelles congelées
1 cube de bouillon de boeuf
Poudre de Colombo
Huile d'olive
Sel et poivre

Préparation :
Mode dorer
Versez l 'huile d'olive dans la cuve et faire revenir les morceaux de sauté de porc ,les champignons et les carottes en rondelles .
Emiettez le bouillon de bœuf ,salez ,poivrez et versez de l'eau dans la cuve.
Saupoudrez de poudre de Colombo.
Versez de l'eau (environ 400 ml)
Mélangez les ingrédients
En mode « Cuisson rapide » ou « Cuisson sous pression » Démarrer la cuisson - 15 minutes -

Coquillettes à la vache qui rit➳➳➳

Cookeo

Coquillettes à la vache qui rit

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes
400 g de coquillettes
4 tranches de jambon blanc
1 cube de bouillon de boeuf
Poivre
2 portions de vache qui rit

Déposez dans la cuve les coquillettes. Versez de l'eau dans la cuve (recouvrir les coquillettes). Poivrez.
Passez en mode **cuisson rapide 5 mn** (regardez le temps indiqué sur le paquet de coquillettes et divisez par 2).
Quand la cuisson est terminée ajoutez les portions de vache qui rit ,faites les fondre en mélangeant . Ajoutez les morceaux de jambon que vous avez coupés en morceaux.

Coquillettes knacki tomates

cookeo

Coquillettes knaki/tomate

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/

cookeo

Côtes de porc poêlée maraîchère

Moulinex cookeo

Côtes de porc avec poêlée maraîchère

Céline Lucas Ménard

Ingrédients :

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

1 cuillere a soupe d'huile,
1 oignon
1 verre d'eau.

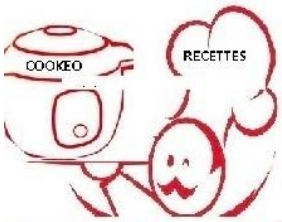
En mode dorer :

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.

Côtes de porc champignons curry



Côtes porc champignons curry

250 CALORIES 6 PP 7 SP

Ingrédients pour 5 personnes

5 côtes de porc
100 g d'oignons
300 g de champignons de Paris
100 ml de vin blanc
1 cube de bouillon de bœuf
100 ml d'eau
Huile d'olive
Persil
Curry

Préparation

Faites revenir dans l'huile d'olive les côtes de porc puis les oignons .
Ajoutez les champignons .
Salez et poivrez .
Saupoudrez de persil et de curry.
Versez le vin blanc ,l'eau et le cube de bouillon de bœuf émietté.
Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 7 mn
Servez chaud avec un féculent de votre choix

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

Côtes de porc à la moutarde

Moulinex cookeo

Côtes de porc à la moutarde

Sandra Cadiou Batais

Ingrédients :

5 oignons sauciers ou 1 gros oignon.
4 côtes de porc,environ 1KG.
Beurre
1 CAS d'huile d'olive.
2 gousses d'ail
25 cl de vin blanc
1/2 verre d'eau
1 petite boite de concentré de tomate, 70 g
1 CAS de moutarde

Mode manuel>dorer

Faire revenir les côtes, dans le beurre et l'huile, puis les enlever.

Faire revenir l'ail et l'oignon, remettre les côtes, et tout le reste des ingrédients.

Cuisson, ingrédients : porc,morceaux/os (1 kg

cuisson pendant 16 minutes.

Côtes de porc roquefort

Moulinex cookeo

Côte de porc au roquefort

Jean-Claude Lyonne

Ingrédients :

Pour 4 personnes :
2 échalotes
4 côtes de porc
1 filet d'huile.
du roquefort (150 gr)
1 verre de vin blanc,
1demi verre de crème fraiche.
ciboulette.

Mettre fonction dorer 2 échalotes et les côte de porc dans un peu de matière grasse. Faire dorer chaque côté. Retirer de la marmite. Mettre le roquefort coupé en petit morceau (150 gr) toujours fonction dorer, mélanger. Ajouter 1 verre de vin blanc, bien mélanger. Ajouter un demi verre de crème fraiche. sel et poivre. Remettre dans la sauce les côtes de porc. Cuisson rapide 10 minutes. Mettre au moment d servir de la ciboulette.

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

Côtes de porc sauce charcutière

Cookeo Moulinex

Côtes de porc sauce charcutière

Ingrédients pour 3 personnes

3 côtes de porc
2 échalotes
1 verre de vin blanc
1 cuillère à soupe de concentré de tomate
1 cuillerée à soupe de moutarde
Huile d'olive
Persil haché
200 ml d'eau
1 cube de bouillon de boeuf
Sel
Poivre
Farine ou maizena

Mode dorer

Versez de l'huile dans la cuve puis faites revenir les échalotes que vous avez hachées puis les côtes de porc sur chaque face .
Versez le verre de vin blanc , 200 ml d'eau avec le cube de bouillon de bœuf.
Ajoutez le persil , la cuillère à soupe de moutarde et de concentré de tomates.
Mélangez les ingrédients.

Mode cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmer 15 mn de cuisson

Repassez en mode dorer

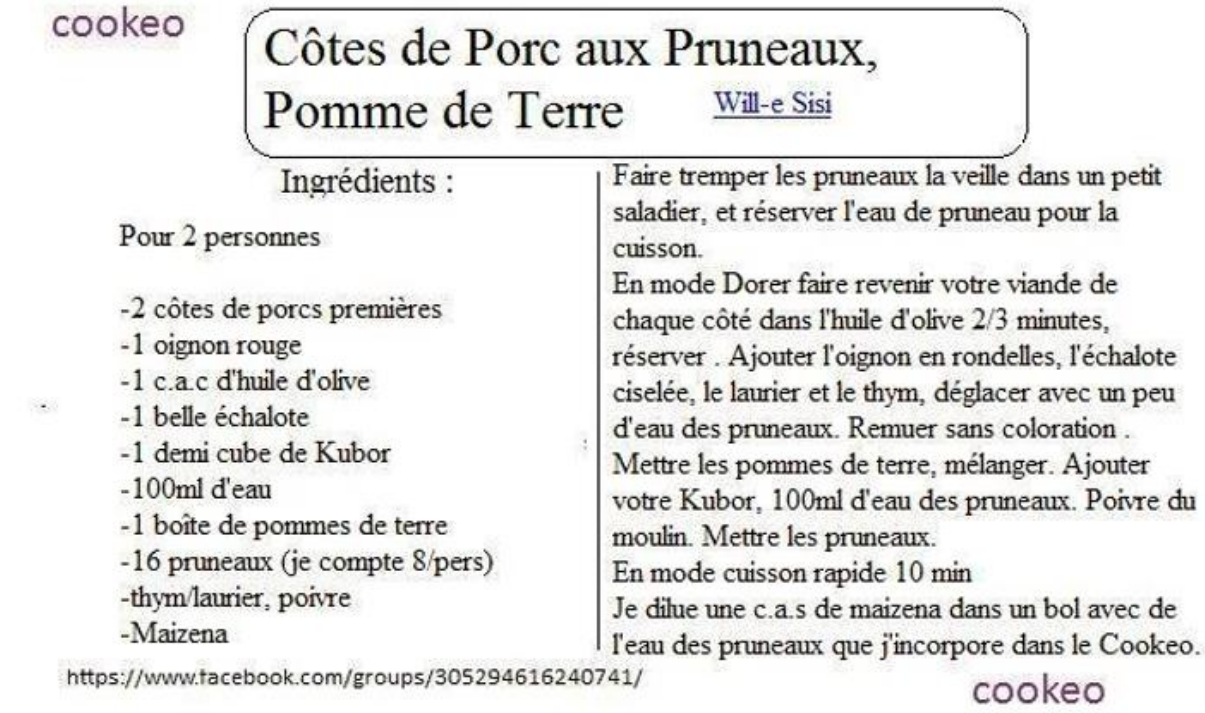
Ajoutez 2 cuillères à soupe de farine et laissez épaissir votre sauce . Servez chaud.

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

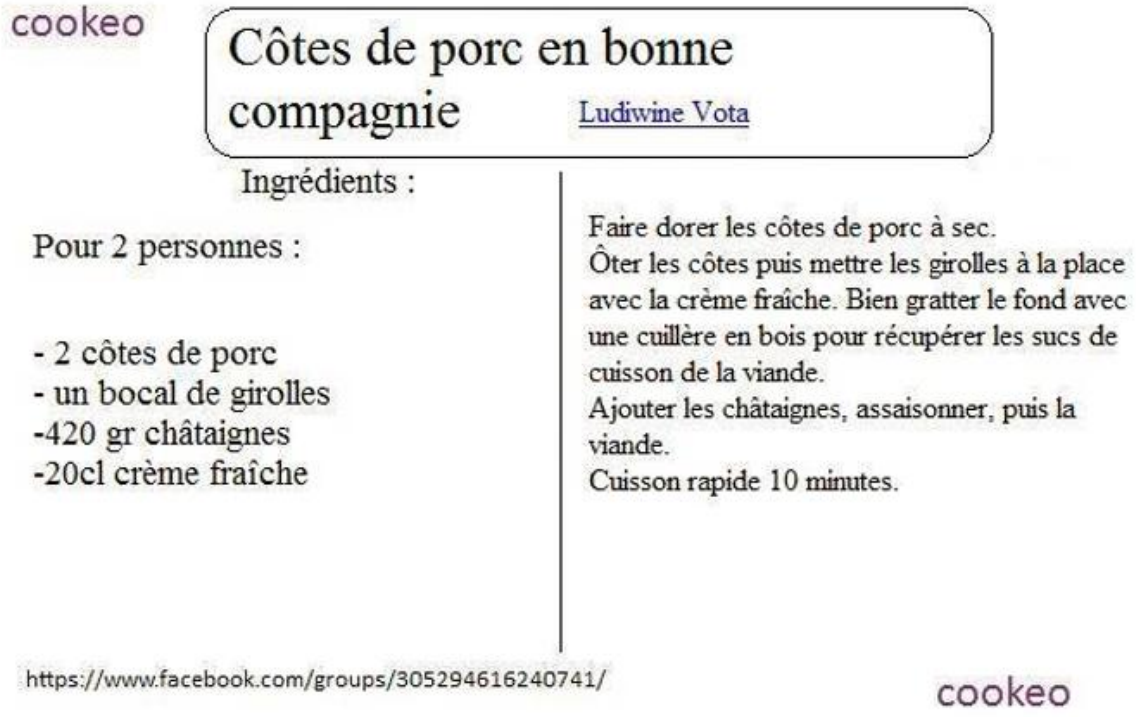
http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

Côtes de porc à la potée de légumes

Côtes de porc aux pruneaux

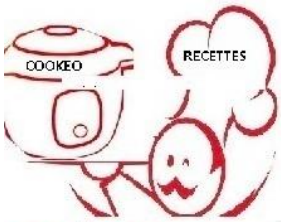


Côtes de porc en bonne compagnie



Côtes de porc poêlée maraîchère

Côtes de porc haricots verts-



Côte de porc haricots verts

Ingrédients pour 4 personnes

4 côtes de porc
800 g d'haricots verts
200 g d'oignons
3 cuillères à soupe d'huile d'olive
Sel
Poivre
1 cube de bouillon de bœuf

Préparation

Mode dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve
Faites revenir les oignons pendant une minute
Faites revenir les côtes de porc dégraissées et désossées avec les oignons jusqu'à 3mn
Saupoudrez de mélange 5 baies
Ajoutez les haricots verts.
Versez 300 ml d'eau avec un cube de bouillon de bœuf émietté
Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn et fermez le couvercle
Egouttez l'ensemble de la préparation et dressez vos assiettes
Servez chaud

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

Côtes de porc pommes de terre

Moulinex cookeo

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 .

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

Courgettes riz lardons

cookeo

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.

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

cookeo

Crépinettes au porto

cookeo

Crépinettes porto champignons

-6 crépinettes
-1 oignon
-1 verre de porto
-100 g de lardons
-1 boîte de champignons

Faire revenir les oignons ,les lardons et les champignons.Mettre les crépinettes, à dorer de chaque côté.
Ajouter le porto , laisser 5 mins.
Ajouter 1 verre d eau et passer en mode cuisson rapide 10 mins.

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

cookeo

Crépinettes sauce curry

Cookeo Moulinex

Crépinettes sauce curry

Ingrédients pour 4 personnes

4 crépinettes
200 g d'oignons congelés
400 g d'émincés de champignons de Paris congelés
1 cuillère à soupe de moutarde
250 ml d'eau
1 cube de bouillon de bœuf
1 verre de vin blanc
Curry
Huile d'olive

Mode dorer
Faites revenir les oignons avec de l'huile d'olive .
Ajoutez les crépinettes. Laissez dorer 2 mn .
Ajoutez les champignons . Versez un verre de vin blanc. Versez un bouillon composé de 250 ml d'eau et du cube de bouillon de bœuf.
Ajoutez une cuillère à soupe de moutarde.
Salez et poivrez selon vos goûts. Saupoudrez de curry.
Cuisson rapide ou cuisson sous pression
Programmez 12 mn
Repassez en mode dorer
Ajoutez 3 cuillères à soupe de farine et remuer à l'aide d'un fouet.
Quand la sauce a épaissi vous pouvez servir votre plat chaud avec un féculent de votre choix .

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

Crépinettes à la sauce provençale

cookeo

Crépinettes à la sauce provençale

Melanie Froget

Pour 2 personnes :

4 crépinettes 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 crépinettes avec l'oignon émincé.
Réserver.
Faire cuire le riz sur le programme ingredients / riz blanc pendant 5 minutes.
Réserver à nouveau.
Remettre la première préparation avec les crépinettes 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

Crépinettes porc tomate

cookeo

Crépinettes de porc à la tomate et aux champignons

Coline Sanoalo

Ingrédients

Pour 4 personnes :
- 4 crépinettes
-100g de lardons
- 1 oignon
- 1 échalote
- 2 gousse d'aïl en chemise
- 1 boite 4/4 de tomates entières pelées au jus
- 250g de champignons de paris (en boite ou surgelé)
- thym, poivre 5 baies
-1 verre d'eau

Mixer le contenu de la boite de tomates pelées, réserver.
Mettre le cookéo en mode dorer, faire revenir l'oignon émincé, l'échalote émincé, puis ajouter les lardons et les crépinettes.
Une fois les crépinettes bien dorées, ajouter le reste des ingrédients et laisser mijoter 5 minutes.
Passer en mode cuisson rapide 10 minutes.

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

cookeo

Côte de porc champignons curry

Côtes porc champignons curry

ngrédients pour 5 personnes
5 côtes de porc
100 g d'oignons
300 g de champignons de Paris
100 ml de vin blanc
1 cube de bouillon de bœuf
100 ml d'eau
Huile d'olive
Persil
Curry

Préparation
Faites revenir dans l'huile d'olive les côtes de porc puis les oignons .
Ajoutez les champignons .
Salez et poivrez .
Saupoudrez de persil et de curry.
Versez le vin blanc ,l'eau et le cube de bouillon de bœuf émietté.

Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 7 mn
Servez chaud avec un féculent de votre choix

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

http://recettescookeo.net,

Côtes de porc à la tomate

Moulinex cookeo

Cotes de porc a la tomate

Céline Lucas Ménard

Ingrédients :

Pour 2 personnes.
2 cotes de porc,,
beurre,
un oignon,
un verre de vin blanc,
un cube de kub or,
une cuillère a café de moutarde,
une boite de tomates pelées (4/4)
sel et poivre

Je mets le cookée en mode dorer et je fais dorer mes cotes avec le beurre et les oignons. Je ale, je poivre quand c'est doré puis je passe en mode cuisson rapide après avoir rajouter le reste des ingrédients pour 15 minutes.

Côtes de porc au boursin

Côtes de porc au boursin

proposée par Stéphanie Zamprogna

Ingrédients

Pour 4 pers.

4 cotes de porc;

1 barquette de lardons;

1 petite boite de champignons émincés;

10cl de vin blanc;

1 cube de maggi;

20 cl d'éau;

1/2 boite de boursin ail et fines herbes

En mode Manuel > Dorer

j'ai fait dorer les cotes de porc, puis les lardons et les champignons. j'ai rajouté tous les ingrédients et ensuite j'ai mis en mode cuisson rapide 10mn. avec du riz blanc; c'est un régal!

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

Courgettes chèvre lardons

cookeo

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.

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

cookeo

Crépinettes au paprika

Cookeo
Moulinex

Crépinettes au paprika

Ingrédients pour 4 personnes

4 crépinettes
100 g d'oignons congelés
1 petit verre de rosé ou de vin blanc
1 petite boîte de tomates entières pelées
Huile d'olive
Sel
Poivre
Paprika
200 ml d'eau
1 cube de bouillon de bœuf

Préparation

Mode dorer

Faites dorer les crépinettes avec un peu d'huile et la boite de tomates entières pelées. Versez 200 l d'eau et le cube de bouillon de bœuf. Saupoudrez de paprika.
Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 15 mn
Servez chaud

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

Crépinettes de porc à la tomate

Cookeo

Crépinettes de porc à la tomate

Jean-philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

4 crépinettes
100 g d'oignons congelés
300 g de champignons de Paris congelés
2 Echalotes
1 cube de bouillon de bœuf
1 verre de vin blanc
Concentré de tomates
Huile d'olive

Préparation

Mode dorer versez de l'huile dans la cuve puis faites revenir les oignons et les morceaux d'échalotes et les crépinettes
Ajoutez les champignons de Paris
Versez le vin blanc ,émiettez le cube de bouillon de bœuf, ajoutez de l'eau
Programmez 15 mn de cuisson rapide
Ouvrez le couvercle en fin de cuisson et déposez des cuillères de concentré de tomates
Servez chaud

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

BOEUF

Carbonade Moulinex

CARBONADE APPLI MON COOKEO

Ingrédients pour 6 personne(s) :

900 g de boeuf coupé en cubes de 30 g (gîte ou paleron) farinés
4,5 oignons émincés
150 g de lardons
6 càs d'huile d'arachide
75 cl de bière brune
1,5 càs de cassonade
Sel et poivre
2 feuille de laurier
3 pincées de thym
60 g de pain d'épices

Résumé :

Préparer les ingrédients.
Emincer les oignons.
Verser l'huile dans la cuve.
Faire dorer les morceaux de boeuf sur toutes les faces. Retirer. Faire revenir les oignons. Ajouter les lardons et les laisser colorer.
Remettre les morceaux de boeuf dans la cuve, ajouter la bière, la cassonade, le thym, et le laurier. Saler et poivrer.
Cuisson sous pression : 35 min
Ajouter le pain d'épices toasté et coupé en cubes. Servir.

Carbonade

	2	4	6
Boeuf (en cubes de 30 g)	10	20	30
Oignons émincés	1.5	3	4.5
Lardons	50 g	100 g	150 g
Huile d'arachide	2 cs	4 cs	6 cs
Bière brune	25 cl	50 cl	75 cl
Cassonade	1/2 cs	1 cs	1.5 cs
Feuille de laurier	1/2	1	2
Thym	1 pinc.	2 pinc.	3 pinc.
Pain d'épices	20 g	40 g	60 g
Sel et poivre			

Préparation : 5 mn Cuisson : 35 mn

Préparation :
Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage
Faire dorer les morceaux de boeuf sur toutes les faces.
Retirer.
Faire revenir les oignons.
Ajouter les lardons et laisser colorer
Remettre les morceaux de boeuf dans la cuve, ajouter la bière, la cassonade, le thym, et le laurier.
Saler et poivrer
Cuisson
Ajouter le pain d'épices toasté et coupé en cubes.
Servir.

Carbonnade

Carbonnade

proposée par Aurelie Lamelyn Ruffier

Ingrédients

ingrédients pour 6 pers

1,2 kg de boeuf à braiser (gite, paleron, macreuse...)
1l de bière
3 oignons
2 cuillères à soupe de vinaigre de vin
2 cuillères à soupe de cassonade
de la moutarde forte
4 tranches de pain d'épices
2 feuilles de laurier
2 branche de thym
2 branche de persil
40gr de beurre

1 Coupez la viande en morceaux comme pour un bœuf bourguignon.
Émincez les oignons.
Faites chauffer le beurre avec un peu d'huile dans le cookeo mettez les morceaux de viande à dorer sur toutes les faces, puis retirez-les et faites suer les oignons à leur place en les remuant régulièrement.

2 Lorsque les oignons sont bien tendres, ajoutez le vinaigre, saupoudrez de cassonade et laissez caraméliser quelques instants.
Mouillez avec la bière. Ajoutez le bouquet garni.
A ébullition, Tartinez généreusement les tranches de pain d'épices de moutarde.
Posez la viande, puis les tartines et fermez le cookeo
Cuisson 35mn au cookeo

Carbonnade de boeuf

cookeo

Carbonnade de boeuf

Isabelle Guilbert

Ingrédients

pour 4 personnes :

- un peu d'huile d'olive
- 500 g de boeuf bourguignon maigre
- deux oignons émincés
- 1 bouillon cube de boeuf dégraissé
- 2 CS de farine
- de la bière
- 2 feuilles de laurier
- du thym
- 2 tranches de pain d'épices émiettées
- céléri branche (facultatif)
- un peu d'ail selon le goût
- une boite de champignon en boite

Dans un peu d'huile d'olive, en mode dorer
mettre le boeuf bourguignon maigre
ajouter les oignons émincés, le bouillon cube de boeuf dégraissé, la farine et bien mélanger
Couvrir de bière, ajouter les feuilles de laurier le thym et deux tranches de pain d'épices émiettées et le céléri branche (facultatif), un peu d'ail selon le goût
Mettre en mode cuisson rapide 45 mn - ajouter une boite de champignon en boite
Servir avec des frites ou de la purée

0741

cookeo

Coquillettes aux boulettes de boeuf➳➳➳

Cookeo

Coquillettes aux boulettes de boeuf

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

15 boulettes de bœuf
3 cuillères de concentré de tomates
400 g de coquillettes
300 g de champignons de Paris congelés
Huile d'olive
1 cube de bouillon de boeuf

Préparation
mode "dorer"
Verser l'huile d'olive dans la cuve
Faites revenir les boulettes de bœuf. Ajoutez les tomates pelées,versez les coquillettes,recouvrir d'eau ,ajoutez le bouillon de cube. Poivrez.
Passez en mode de **cuisson rapide** et programmer 5 minutes .
Ouvrez votre cookeo, ajoutez 3 cuillères à café de concentré de tomates et mélangez.
Servez chaud .

Courgettes vache qui rit viande hachée

cookeo

Courgette vache qui rit viande hachée

Enza Brigitte Ludo

Ingrédients :

Pour 4/5 personnes :

- 600gr de viande hachée
- 2 beaux oignons
- un cubor
- 2 tres grosse courgettes
- 5 vaches qui rit

Faire dorer la viande avec l' oignons jusqu'à disparition du jus mettre à part.
Ensuite faire revenir en mode dorer les courgettes en cube avec un cubor ensuite remettre la viande hachée par dessus sans remuer et poser les vache qui rit dessus.
Mettre 3mn en cuisson rapide et tout mélanger

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

cookeo

Courgettes rondes farcies

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

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

VOLAILLES/GIBIERS

Cari réunionnais

Cari réunionnais

	2	4	6
Suprêmes de poulet, en cubes	300 g	600 g	900 g
Tomate concassées	150 g	250 g	400 g
Gingembre frais	5 g	10 g	15 g
Vin blanc	8 cl	9 cl	10 cl
Oignons émincés	1	2	3
Curcuma	1cc	2 cc	3cc
Thym	1 pinc.	2 pinc.	3 pinc.
Purée de piment	1 cc	2 cc	3 cc
Huile d'olive	1cs	2 cs	3 cs
Sel et poivre			

Préparation : 8 mn Cuisson : 3 mn

Préparation :
Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage
Faire dorer les morceaux de poulet et les oignons.
Arrêter de dorer.
Ajouter les tomates, le vin blanc, le thym, le curcuma et la purée de piment.
Saler et poivrer
Cuisson
Servir le cari avec du riz ou des pâtes.

Carry ailes de poulet

Cari de poulet

Cailles aux pommes de terre

cookeo

Cailles aux pommes de terres moelleuses

Pascale Godin Basecq

Pour 4 à 6 personnes

6 petites cailles
500g de pomme de terre
2 oignons
1 boite de champignons
125 cl de vin blanc

Faire revenir les cailles avec un mélange beurre / huile.
Retirer les cailles puis faire revenir les oignons.
Ajouter ensuite les cailles et les autres ingredients dans la cuve.
Faire cuire en mode cuisson rapide pendant 30 minutes.

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

cookeo

Cailles au vin blanc

Moulinex cookeo

Cailles au vin blanc

Gambiez Nathalie

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

-4 cailles
-1 gros oignon
-15 cl de vin blanc
-2 cuillères à soupe d'huile d'olive
-sel et poivre

Faire dorée l'huile d'olive,l'oignon et les cailles.

Remuer de façon que ca ne colle pas dans le cookeo.

Quand les cailles sont bien dorée mettre le vin blanc,

puis saler et poivrer .Faire cuire 30min cuisson rapide.

Canette miel romarin

Canette aux olives

Canard aux agrumes

Moulinex cookeo

Canard aux agrumes

Par Virginie & Alex

Préparation 10 min - Cuisson 6 min

	2	4	6 personnes
Magret de canard paré	1	2	3
Orange en suprêmes	1	2	3
Zestes d'orange	¼	½	1
Citron en suprêmes	½	1	1 ½
Oignons doux	½	1	1 ½
Carottes émincées	100 g	200 g	400 g
Eau	5 cl	7,5 cl	9 cl
Jus d'orange	5 cl	7,5 cl	9 cl
Sauceline	1 cs	2 cs	3 cs

Colorer les magrets coté peau en premier, 4 minutes par face
Retirer un peu de gras et ajouter tous les autres ingrédients, **sauf la sauceline**
Démarrer la cuisson
Une fois la cuisson terminée lier la sauce avec la sauceline
Cookeo conseille de servir avec des tagliatelles

Parer le magret de canard = retirer l'excédent de gras mais en conservant la couche de peau du dessous.

Suprême orange/citron = peler à vif - peler les quartiers

Sauceline = Maïzena sauceline ou maïzena + lait en poudre

Canard aux agrumes

Cookeo Moulinex

Canard aux agrumes

Ingrédients pour 4 personnes

2 magrets de canard paré, et un peu dégraissé
2 oranges, en suprêmes
1/2 zeste d'orange
1 citron, en suprêmes
1 oignon doux

200 g de carottes émincées
7.5 cl d'eau
7.5 cl de jus d'orange
Sel et poivre
2 càs de sauceline

Préparation
Mode dorer

Colorez les magrets, côté peau en premier, 4 minutes par face.

Retirez un peu de gras. Ajouter les autres ingrédients sauf la Sauceline
Liez la sauce avec la Sauceline.

Servez avec des tagliatelles !

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

Canard à l'orange

Moulinex cookeo

Blandine Lombard-gras

Canard à l'orange

Ingrédients :

pour 6 personnes

1 gros canard,

1 jus de citron et demi
(un demi verre)
sel poivre

1 litre d'orange frais
préssé (gardez du zeste)

J'ai découpe mon canard et fait revenir mes morceaux salés et poivrés sur chaque faces et coté peau sans graisse sur position " dorer"
(je me suis servit en parallèle d'une grande poêle pour aller + vite. quand mes morceaux ont été bien dorés j'ai debarasse ma viande afin de retirer la graisse de mon cookéo et de ma poêle(graisse que j ai garder afin d'y faire revenir (un autre jour) des petites P de T...).
j ai remis tous mes morceaux dans le cookéo et j ai ajouter mon jus d'orange et de citron.
J ai mis en cuisson 12 mn en mode manuel et 5 mn avant de servir j ai rectifie mon assaisonnement et ajouter mes zestes.....
pour la deco on peut ajouter des rondelles d'orange servis avec du riz thai hummm miam miam!!!!!

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

Cailles au miel

Moulinex cookeo

Cailles au miel et aux raisins sec

Kevin Violaine Sottile Stmartin

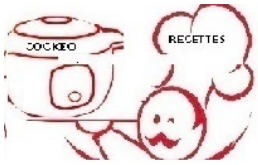
Ingrédients :

2 personnes:
2 cailles,
1 càs de maïzena,
5 cuillères à soupe de miel liquide,
1 poignée de raisins secs,
100ml de vin blanc,
2 càs de sauce soja,
2 oignons,
2 gousses d'ail
1 càs d'huile.

En mode dorer faire revenir les oignons émincé, l'ail en chemise, les raisins secs et les cailles pendant 5 à 10 min (temps de préchauffage compris).

Puis rajouter la maïzena, le miel, le vin, la sauce soja, sel,poivre et mettre en mode cuisson rapide.
Faire cuire 30 min.

Cailles au vin rouge



Cailles vin rouge

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

Ingrédients pour 4 personnes
4 cailles
200 g de carottes
200 g de champignons de Paris
100 g d'oignons
Huile d'olive
Ail déshydraté
Thym
Sel
Poivre
2 cuillères à soupe de maïzena
200 ml de vin rouge
200 ml d'eau
1 cube de bouillon de bœuf

Préparation
Mélangez la maïzena avec de l'eau

Mode dorer
Versez de l'huile dans la cuve et faites revenir les cailles sur toutes leurs faces. Puis faites de même avec les oignons
Ajoutez les carottes, les champignons de Paris.
Salez, poivrez. Saupoudrez de thym. Ajoutez une cuillère à café d'ail.
Versez le bouillon composé de 200 ml d'eau ; 200 ml de vin rouge et du cube de bouillon de bœuf émietté

Cuisson rapide ou sous pression
Programmez entre 20 et 30 mn
Repassez en mode dorer. . Réservez les cailles puis ajoutez 2 cuillères à soupe de maïzena. Quand la sauce a épaissi replongez les cailles dans la cuve et laissez mijoter 2 mn
Servez chaud

Choux fleur tomate escalope

cookeo

CHOUX FLEUR À LA TOMATE ET ESCALOPE GRILLÉ

250 G TOMATES PELÉES
600G CHOUX FLEUR
2 OIGNONS,
1 CAC CURRY,
1 CAC PAPRIKA,
SEL,
POIVRE

FAIRE CUIRE LES CHOUX FLEURS DS LE PANIER VAPEUR: CUISSON RAPIDE 5MIN..VERSER L'EAU DE LA CUVE. FAIRE DORER LES ESCALOPES,LES OIGNONS ÉMINCÉS, RAJOUTER LES TOMATES PELÉES. DORER 5 MIN. ASSAISONNER: SEL,POIVRE,CURRY ET PAPRIKA. AJOUTER LES CHOUX FLEUR. DORER 2 MIN..../// RECETTE LIGHT SANS MATIÈRE GRASSE

DE SOPHIE LOBET

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

cookeo

Colombo de poulet

Colombo de poulet

proposée par Céline Maillard-Chouraqui

Ingrédients

- 4 escalopes de poulet ou 600g
- 200g de riz
- 500ml de bouillon
- 500ml de lait de coco
- épices Colombo

Faire cuire avec programme du poulet au riz

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

Colombo de poulet Antillais

cookeo

Colombo de poulet antillais

Lilou Moultipass

Ingrédients

Pour 4 personnes:
-4 belles cuisses de poulet
- 6 gousses d'ail écrasées
- 1 échalote émincée, 1 oignon émincée
- 4 branches de persil coupées
- 1 branche de thym ou un petit bouquet garni
-1 piment écrasé, 2 c à s de poudre à colombo
- 1 courgette coupée en 4
- 1 aubergine coupée en cubes
- 3 pommes de terre coupées en gros cubes
- le jus d'un citron (vert de préférence)
- 15 cl de lait de coco
- 1 c à c de coriandre et d'anis
- huile, 1 verre de vinaigre blanc
- sel, poivre

Mettre le poulet à mariner une petite heure dans un récipient fermé avec TOUS les ingrédients, SAUF le lait de coco.
Ensuite, tout dans la cuve, jus vinaigré y-compris + 150/200 ml d'eau, puis 15 minutes cuisson rapide.
Au bout de ce temps, arrêter la cuisson, verser le lait de coco, et bien mélanger
Accompagné d'un riz basmati ferme
Si vous manquez de poudre à colombo, vous pouvez la remplacer par du curry.
Les 3 pommes de terre servent, en plus du goût, de liant pour la sauce grâce à l'amidon contenu. Vous pouvez tout à fait ajouter également une belle patate douce blanche coupée en gros cubes.
Face au goût relevé du piment antillais, il existe des petits piments antillais dits "piments végétariens". Le gout est le même mais sans le coté relevé.

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

cookeo

Colombo de poulet à l'antillaise

Moulinex cookeo

Colombo de poulet à l'antillaise

Corinne Croisille

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

4 morceaux de poulet
2 oignons
2 petits navets
1 grosse pomme de terre
1 courgette
1 piment
1 cuillère à soupe d'huile
3 cuil à soupe rase de colombo
20cl de bouillon de volaille.

Mettre le Cookéo en manuel et dorer.
Mettre l'huile d'olive.
Faites dorer le poulet.

Emincez les oignons, coupez les navets, la pomme de terre et la courgette.
Ajoutez-les dans le cookéo.

Ajoutez la poudre de colombo, le bouillon de volaille et le piment.

Mettre en cuisson rapide 15 minutes.

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

COQ AU VIN

Coq au vin rouge

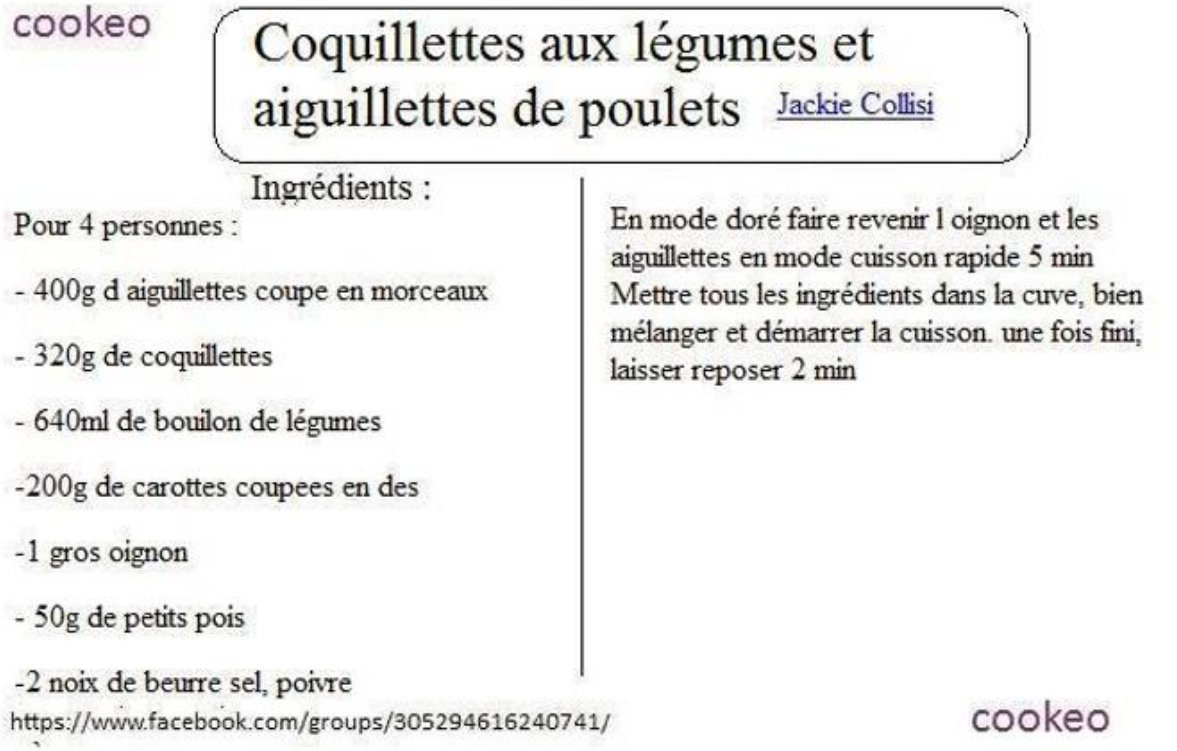
	2	4	6
Pilons de coq (ou de dinde)	400 g	800 g	1.2 kg
Champignons de Paris	100 g	200 g	300 g
Lardons	100 g	200 g	300 g
Vin rouge	7.5 cl	15 cl	22.5 cl
Oignons émincés	1	2	3
carottes, en ronelles	100 g	200 g	300 g
Bouquet garni	1	1	1
Fond de veau	10 cl	10 cl	10 cl
Huile d'arachide	1 cs	2 cs	3 cs
Sel et poivre			

Préparation : 15 mn Cuisson : 35 mn

Préparation :
Verser l'huile dans la cuve
Préchauffage
faire dorer les pilons de coq.
Retirer
Faire dorer lardons, oignons, champignons et carottes,
en plusieurs fois si nécessaire.
Remettre les pilons de coq, ajouter le vin et le fond de veau.
Saler et poivrer
Cuisson
Servir le coq au vin avec une purée de pomme de terre.

Coq au vin

Coquillettes aux aiguillettes de poulet



Coq au vin

Coq au vin

proposée par Cathy Scoth

Ingrédients

Un coq
une bouteille de vin rouge
des clous de girofle
des grains de poivre noir
des carottes en rondelle
un oignon
de l'ail
de l'huile
du cognac
sel poivre
thym laurier
lardons et champignons
sauceline (maizeina)

la veille j ai fait mariné mon coq(une barquette) avec une bouteille de vin rouge des clou de girofle des grains de poivre noir carottes en rondelle oignon ail huile et cognac sel poivre thym laurier .

le jour meme j ai fait roussir mon coq en position dorer je l ai reservé j ai mis a dorer un oignon une barquette de lardons j ai remis le coq j ai ajouter la marinade filtré des champignons en boite et j ai fait cuire 30 mns en cuisson rapide apres cuisson j ai ajouté de la sauceline et j ai remis a dorer un peu pour épaissir la sauce et voila c était un délice vous pouvez mettre des girolles en bocaux ce ne sera que meillleur

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

Coquelets en barbouille

cookeo

Coquelets en barbouille

Lilou Moultipass

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

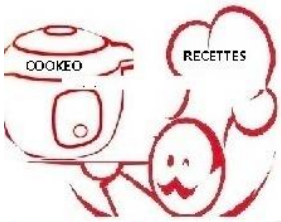
- 2 coquelets d'environ 500 gr chacun
- 1 gros oignon coupé en 4 (pas émincé)
- 1 cuillère à soupe rase de farine
- 1 gousse d'ail écrasée (ou une cuillère à soupe d'ail surgelé ou déshydraté)
- 1 petit verre de vin blanc
- 1 bouquet garni
- 1 branche de céleri (facultatif)
- 1 verre de bouillon de volaille
- 50 gr de beurre
- 100 gr de lardons natures (pas de fumés !)
- sel et poivre

En mode dorer, faire fondre le beurre et y faire colorer sur toutes leurs faces les 2 coquelets avec les lardons. Ajouter ensuite l'oignon coupé en 4, laisser colorer et remuant. Saupoudrer de farine et remuer jusqu'à ce que la farine se colore (c'est très rapide). Ajouter alors la gousse d'ail écrasée, ainsi que le bouillon et le vin blanc. Mélanger, puis ajouter le bouquet garni et la branche de céleri. Passer en cuisson rapide 10 minutes. Mieux vaut en rajouter 5 en fin de cuisson si vos coquelets ne vous semblent pas assez cuits (ça dépend de la qualité de la viande) que de les mettre directement 15 minutes et vous retrouver avec des coquelets tout démembrés :D

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

cookeo

Curry poulet



Curry poulet

225 CALORIES 5 PP 6 SP

Ingrédients pour 4 personnes

400 g d'escalope de poulet
1 boite de tomates pelées
100 g d'oignon
100 ml de vin blanc
100 ml d'eau
2 cuillères à café de curry
Herbes de Provence
Persil
1 petite boite de concentré de tomates
Huile d'olive
Sel
Poivre

Préparation

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve et faites dorer les oignons puis ajoutez les escalopes de poulet coupées en morceaux.
Ajoutez la boite de tomates pelées . Saupoudrez de curry, d'herbes de Provence et de Persil .
Versez le vin blanc et l'eau .
Salez et poivrez selon votre convenance .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez du concentré de tomates pour épaissir la sauce .
Servez chaud

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

Curry de poulet

cookeo

Curry de poulet

Pour 6 pers.
-800gr de blanc de poulet
-200g d oignon,2gousses d ail
-25 ml d'huile d'olives
-250ml lait de coco
-1petite boite de tomate pelée
-15ml de curry
-10abricots secs,
-sel/poivre

Hacher ail et oignon,couper les blancs de poulet en cubes ,les abricots secs en deux ,mettre le tout dans le cookeo, melanger et faire cuire 10 minutes en cuisson rapide.

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

cookeo

Curry de volailles

CURRY DE VOLAILLES APPLI MON COOKEO

Ingrédients pour 6 personne(s) :

900 g de filet de volaille coupé en cubes de 25 g
150 g d'oignons émincés
150 g de raisins secs
3 pommes Golden, pelées et taillées en petits cubes
20 cl d'eau
3 càc de curry
Sel et poivre
4 càs de huile de tournesol

Préparation

Préparer les ingrédients.
Couper le poulet en cubes de 25g.
Emincer les oignons.
Verser l'huile dans la cuve.
Colorer les cubes de volaille.
Ajouter tous les autres ingrédients. Assaisonner et mélanger.
Cuisson sous pression : 2 min
Servir chaud avec du riz.

Curry de poulet pommes de terre

cookeo

Curry de poulet au pommes de terre et épinard

Ingrédients :
Pour 4 personnes

- 3 ou 4 blancs de poulet
- 8/10 belle pommes de terre le double si vous petites
- 5 palets d'épinard à la crème surgelé
- 2 cuillères a café de curry
- Sel
- 20 cl de crème allégé.

- Couper les blancs de poulet en morceau
- Faire dorer le poulet avec 1 cuillère à café de curry (ne pas le cuire simplement le colorer)
- Ajouter la crème, le sel, la 2eme cuillère à café de curry, puis les palets d'épinards.
- Cuisson rapide 10 min.

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

cookeo

Cuisses poulet haricots verts

Cuisses poulet haricots verts

Ingrédients pour 2 personnes

2 cuisses de poulet
400 g de haricots verts
100 g d'oignons congelés
Herbe de Provence
1 cube de bouillon de boeuf
400 ml d'eau
Huile d'olive
Sel
Poivre

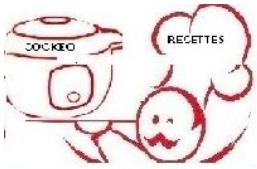
Préparation

Mode dorer

Faites revenir les cuisses de poulet dans la cuve avec de l'huile d'olive puis ajoutez les oignons quand les cuisses sont dorées.
Ajoutez les haricots verts. Salez et poivrez selon votre convenance.
Versez 400 ml d'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté
Cuisson rapide ou sous pression programmez 15 mn
Servez chaud

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

Cuisses de poulet poivron courgettes



Cuisses poulet poivrons courgettes

Ingrédients pour 4 personnes
4 cuisses de poulet
300 g de poivrons
300 g de courgettes
1 cuillère à café de raz el hanout
400 ml d'eau
Sel
Poivre

Préparation
Mettez tous les ingrédients dans la cuve : les cuisses de poulet, les poivrons, les courgettes.
Versez l'eau. Ajoutez la cuillère à café de raz el hanout.
Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 25 mn
Servez chaud avec de la semoule par exemple

https://www.facebook.com/cookeorecettes/ http://recettescookeo.net/

Curry de poulet à l'ananas

cookeo

curry de poulet/riz/ananas

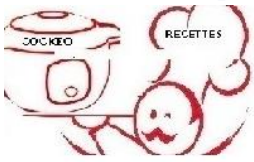
-4 escalopes coupées en morceaux
-La moitié d'une boîte d'ananas coupés en dés
-300 g de riz
-600 ml de bouillon
-curry
-sel/poivre

Faire dorer les escalopes quelques minutes.
Ajouter le riz, et le reste des ingrédients.
Remuer.
Cuisson rapide 8 minutes.

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

cookeo

Cuisse de dinde pommes de terre version 1



Cuisse dinde pommes de terre

Ingrédients pour 4 personnes

1 cuisse de dinde
1 oignon
1 petit verre de vin blanc
Thym
1 cuillère à soupe de moutarde
Poivre
Sel
300 ml d'eau
1 cube de bouillon de volaille
6 pommes de terre
1 petite boîte de champignons de Paris
1 petite boîte de tomates pelées

Préparation

Versez de l'huile d'olive dans la cuve puis faites revenir la cuisse de dinde.
Faites dorer ensuite les oignons ;Versez le verre de vin blanc et les 300 ml d'eau avec le cube de bouillon de volaille. Salez et poivrez

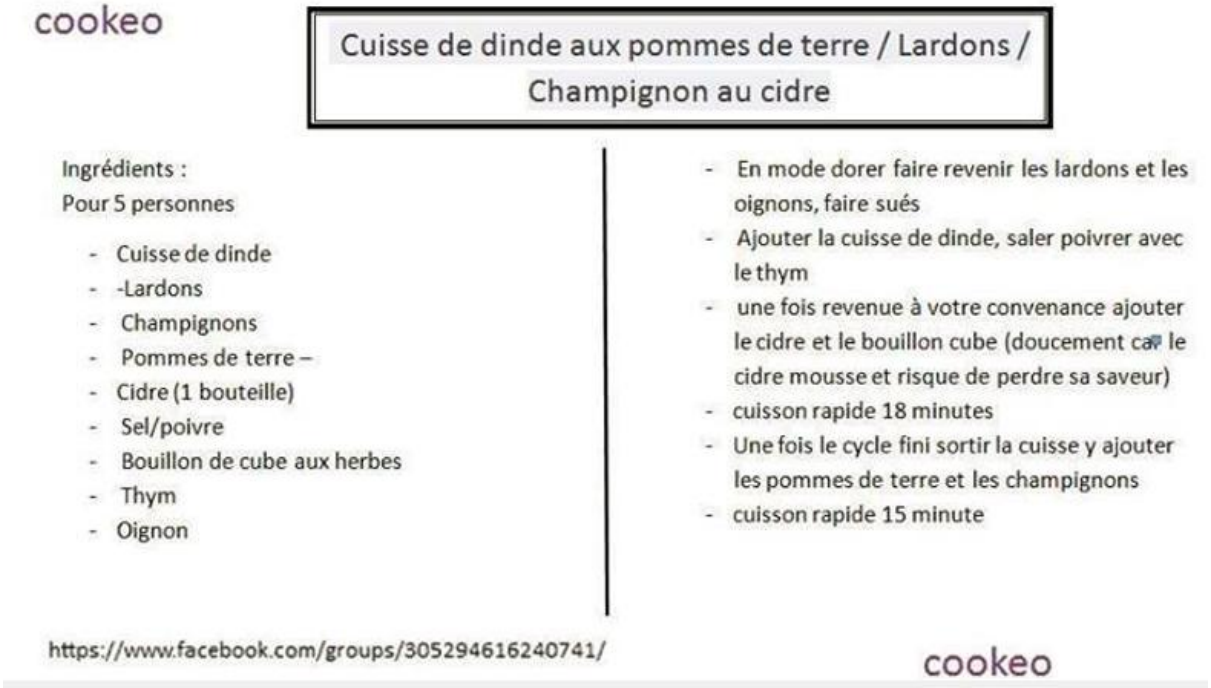
Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 25 minutes
Quand la cuisson est terminée ouvrez votre cookeo et ajoutez les champignons la boîte de tomates pelées et les pommes de terre que vous avez épluchées pendant la cuisson de la cuisse de dinde .
Reprogrammer 15 minutes de cuisson ; Au bout des 15 mn ouvrez votre cookeo et ajoutez la cuillère à soupe de moutarde mélangez et servez chaud.

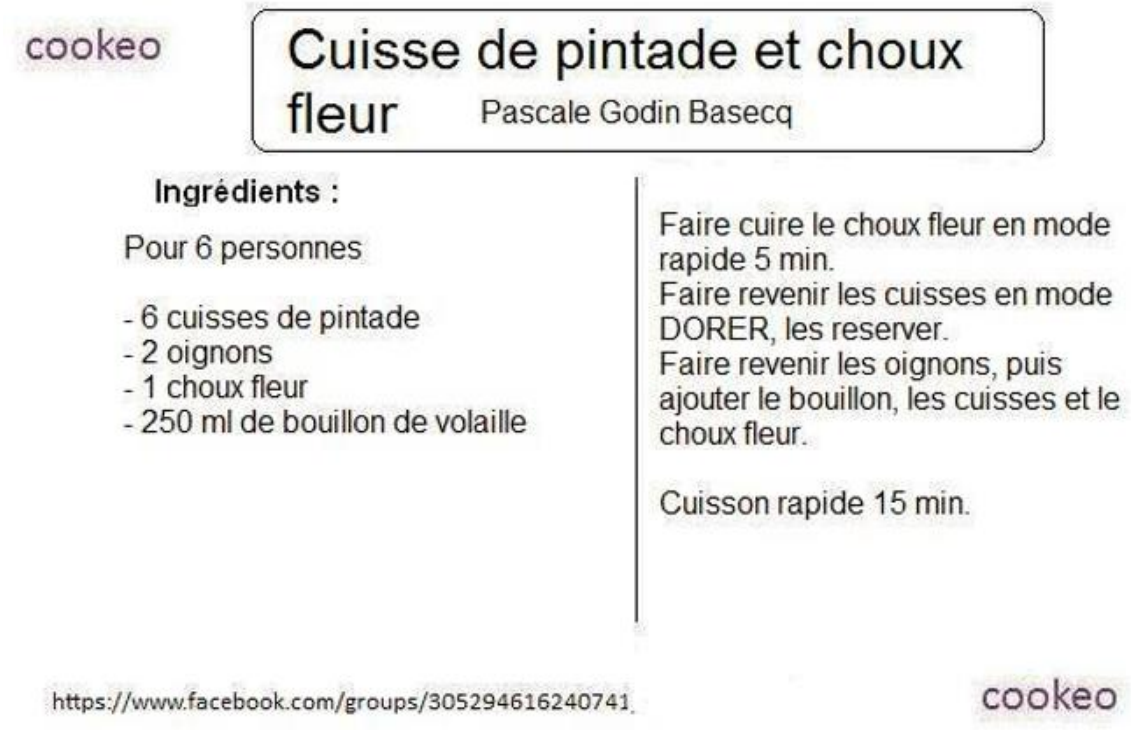
https://www.facebook.com/cookeorecettes/

http://recettescookeo.net

Cuisses de dinde aux pommes de terre



Cuisse de pintade et choux fleur



Cuisse de dinde forestière

Moulinex cookeo

Cuisse de dinde forestiere

Gigi la Brune

Ingrédients :

4 personnes

1 cuisse de dinde
1 gros oignon
125 g de champignons émincés
1 poivron
2 cuillères à soupe de farine
50 g de beurre
250ml de bouillon de volaille
150ml cidre
creme fraiche Sel et poivre.

Hachez l'oignon.
Dans le cookeo, faites fondre le beurre et faites dorer légèrement la cuisse de dinde.et les lardons
Ajoutez l'oignon,quand ils sont blanchis saupoudrez la farine en remuant.
Versez le bouillon.
Mettez les champignons,poivron. mélangez.
Assaisonnez. Fermez le cookeo. laissez cuire 15 min cuisson rapide
Ouvrez le cookeo.
Incorporez la crème. maintien au chaud pendant 3 min et servez avec du riz

Cuisse de dinde à la moutarde➳➳➳

Cookeo

Cuisse de dinde à la moutarde

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes
1 cuisse de dinde
1 verre de vin blanc
2 tomates
Paprika
2 cuillères à soupe de crème fraiche
2 cuillères à soupe de moutarde
100 g d'oignons congelés
Huile d'olive
1 cube de bouillon de boeuf
sel
poivre
moutarde

En mode dorer
Versez de l'huile dans la cuve ,quand l'huile est chaude versez les oignons pour les faire dorer .
Faites dorer ensuite la cuisse de dinde. Ajoutez les tomates coupées en quartier.
Versez de l'eau , le verre de vin blanc. Saupoudrez de paprika.
Emiettez le cube de bouillon de bœuf. Salez et poivrez .
Programmez la **cuisson rapide 40 mn**
Ajoutez les cuillères de moutarde et de crème fraîche
Découpez votre viande et servez chaud.

Cuisses de dinde et petits légumes

Cuisse de dinde & ses petits légumes

proposée par Céline Lucas Ménard

Ingrédients

1 cuisse de dinde
1 oignon
200g de petits pois surgelés
200g de carotte surgelés
3 pommes de terre
200 ml de bouillon de volaille
sel/poivre

Mettre le cookeo en fonction dorer et mettre un oignon avec un peu de beurre à dorer.
Quand l'oignon est doré mettre la cuisse de dinde et la faire dorer sur toutes les faces.
Une fois que cela est prêt mettre 200 g de petits pois surgelés 200g de carottes surgelées et 3belles pommes de terre coupées en gros cubes.
Mettre 200ml de bouillon de volaille, sel et poivre et passer en cuisson rapide 15minutes.
C'est très bon et vite fait.

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

Cuisses de dinde au quinoa

Moulinex cookeo

Cuisse de dinde et son quinoa au cidre

Florence Cottenceau

Ingrédients :

Pour 4 personnes
1 cuisse de dinde,
2 verre de quinoa,
1 oignon,
3 branche de céleri,
une petite boite de champignons
et 50cl de cidre.

Faites dorer l'oignon,
ajouter les céleris et la cuisse de dinde
faites dorer encore un peu.
Couvrez le tout avec le cidre,
salez poivrez et lancez en cuisson rapide 10mn.
Ensuite rajouter le quinoa et relancez 10mn.
Vous pouvez rajoutez un peu de crème fraiche a la fin et c'est prêt
Bon appetit

COQUILLETTES

Coquillettes au Boursin W Watchers

Cookeo Moulinex

Coquillettes Boursin WW

Ingrédients pour 6 personnes:
500 g d'émincés de poulet
1 cube de bouillon bœuf
1 verre de vin blanc
450 g de coquillettes
100 g de Boursin
Sel
Poivre

Découpez en morceaux les émincés de poulet
Déposez les dans la cuve.

Ajoutez dans la cuve les morceaux de poulet, les coquillettes, le verre de vin blanc.

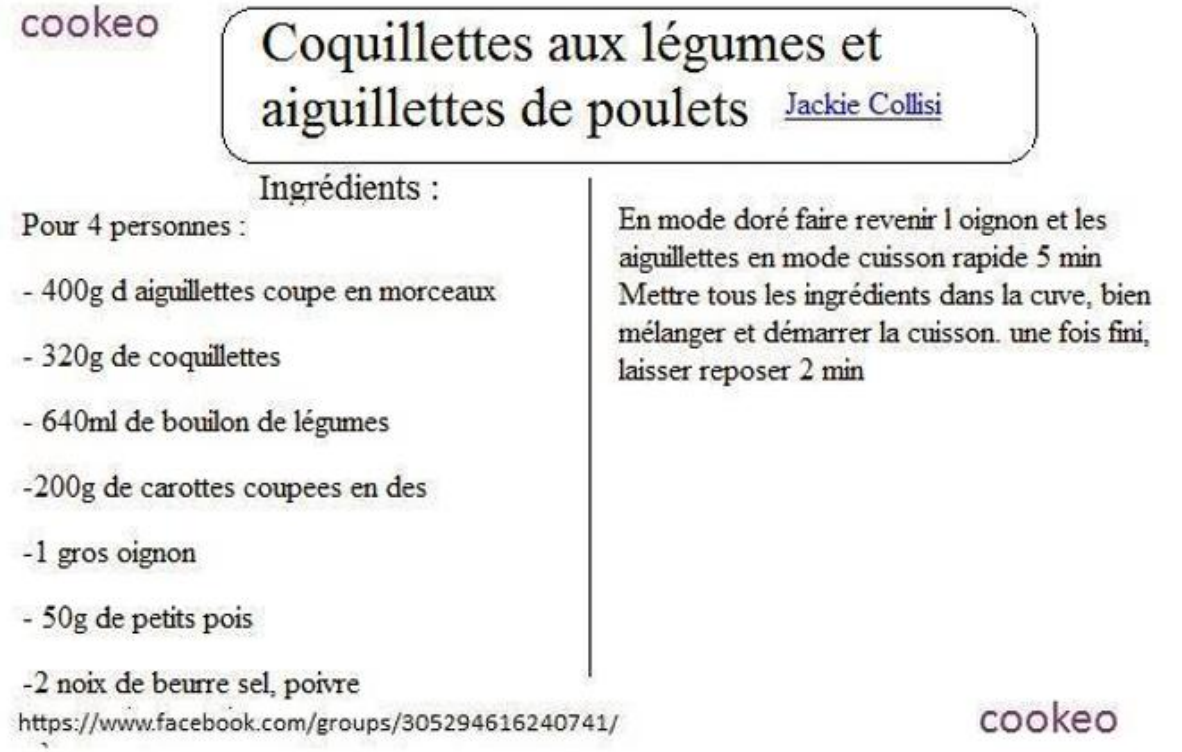
Emiettez le cube de bouillon de bœuf, versez de l'eau pour recouvrir les ingrédients.

En mode « Cuisson rapide » ou « Cuisson sous pression » programmez 5 mn.
Quand la cuisson est terminée ajoutez le Boursin et mélangez pour servir chaud.

https://www.facebook.com/cookeorecettes

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

Coquillettes aiguillette de poulet



cookeo

Coquillettes aux légumes et aiguillettes de poulets Jackie Collisi

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

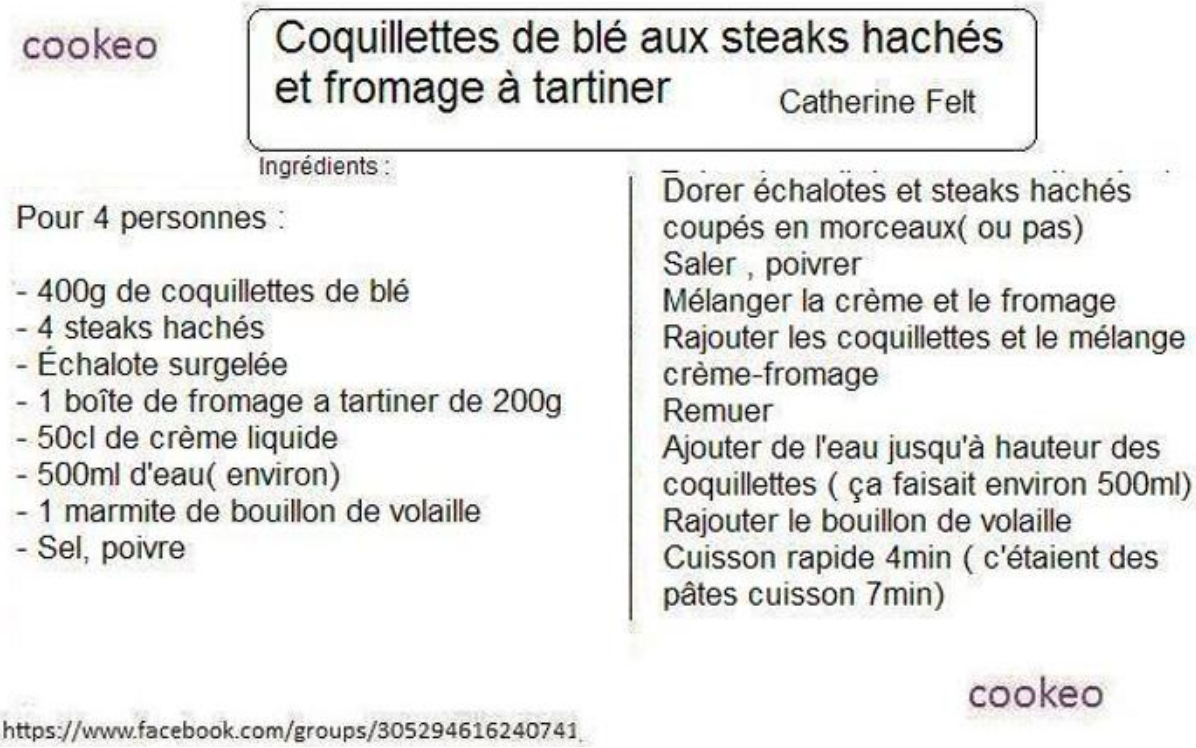
- 400g d aiguillettes coupe en morceaux
- 320g de coquillettes
- 640ml de bouilon de légumes
-200g de carottes coupees en des
-1 gros oignon
- 50g de petits pois
-2 noix de beurre sel, poivre

En mode doré faire revenir l oignon et les aiguillettes en mode cuisson rapide 5 min
Mettre tous les ingrédients dans la cuve, bien mélanger et démarrer la cuisson. une fois fini, laisser reposer 2 min

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

cookeo

Coquillettes steaks hachés fromage



cookeo

Coquillettes de blé aux steaks hachés et fromage à tartiner Catherine Felt

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 400g de coquillettes de blé
- 4 steaks hachés
- Échalote surgelée
- 1 boîte de fromage a tartiner de 200g
- 50cl de crème liquide
- 500ml d'eau(environ)
- 1 marmite de bouillon de volaille
- Sel, poivre

Dorer échalotes et steaks hachés coupés en morceaux(ou pas)
Saler , poivrer
Mélanger la crème et le fromage
Rajouter les coquillettes et le mélange crème-fromage
Remuer
Ajouter de l'eau jusqu'à hauteur des coquillettes (ça faisait environ 500ml)
Rajouter le bouillon de volaille
Cuisson rapide 4min (c'étaient des pâtes cuisson 7min)

cookeo

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

Coquillettes poulet chou-fleur

cookeo

Coquillette poulet choux fleur carottes

Catherine Felt

Ingrédients pour 4 personnes :

- 250g de coquillettes
- 2 échalotes ciselées
- 2 carottes coupées en petits dés
- 200g de sommités de choux fleur
- 2 escalopes de poulet coupées en dés
- 250ml de bouillon de volaille
- 100 ml de vin blanc
- 2 càs de crème fraîche
- 100g de parmesan
- Sel, poivre

Faire cuire 5 min dans 1 casserole d'eau bouillante choux fleur et carottes
Pendant ce temps, faire dorer les échalotes 1 fois bien revenues, rajouter le poulet , sel, poivre
Quand le poulet a bien doré, mettre les coquillettes et laisser dorer 3 min
Déglacer avec le vin blanc
Puis rajouter les choux fleur et les carottes (égouttés bien sur) , les 250 ml de bouillon de volaille
Cuisson rapide 7 min
A la fin de la cuisson , mettre les 2 càs de crème et le parmesan puis laisser au maintien au chaud

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

cookeo

Coquillettes à la vache qui rit➳➳➳

Cookeo

Coquillettes à la vache qui rit

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes
400 g de coquillettes
4 tranches de jambon blanc
1 cube de bouillon de boeuf
Poivre
2 portions de vache qui rit

Déposez dans la cuve les coquillettes. Versez de l'eau dans la cuve (recouvrir les coquillettes). Poivrez.
Passez en mode **cuisson rapide 5 mn** (regardez le temps indiqué sur le paquet de coquillettes et divisez par 2).
Quand la cuisson est terminée ajoutez les portions de vache qui rit ,faites les fondre en mélangeant . Ajoutez les morceaux de jambon que vous avez coupés en morceaux.

Coquillettes knacki tomates

cookeo

Coquillettes knaki/tomate

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

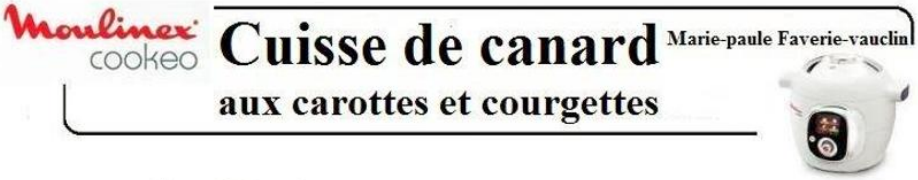
Dans le fond de la cuve mettre les coquillettes,l'eau puis la crème fraîche , le curry les tomates coupées en morceaux et les saucisses,le poivre et le demi cub or , mélanger le tout .
Puis prendre le programme 《 ingrédient 》《 blé 》 300 g, puis cuisson 3 mins.

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

cookeo

CUISSES CANARD

Cuisses de canard aux carottes et courgettes



Ingrédients :

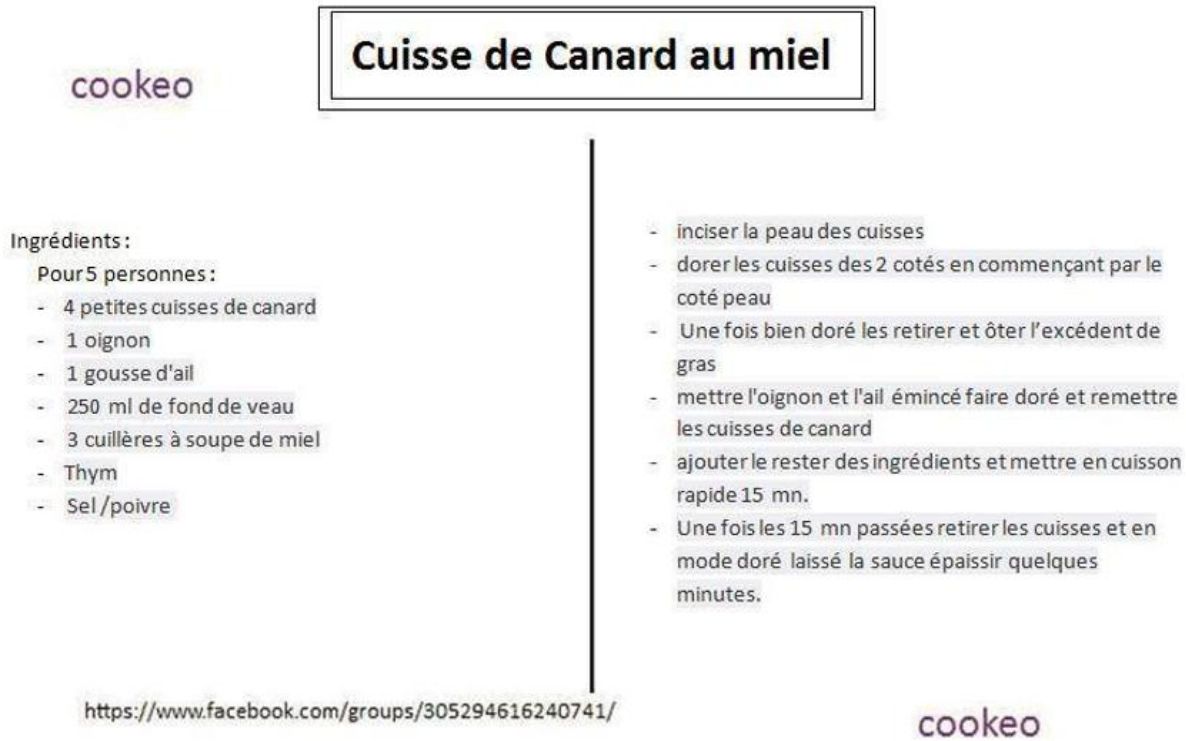
200g de carottes
300g de courgettes
1cuisse de canard
25 cl de bouillon de vollaille
1 oignon
de l'ail
du cumin
sel et poivre

En mode" dorer faire dorer la cuisse de canard des deux cotes la retirer

enlever un peu de gras faire revenir les oignon et les carottes en rondelle et l'ail ajouter les courgettes en rondelle puis le bouilllon le cumin sel et poivre placer la cuisse de canard sur les legumes la peau vers le haut lancer la cuisson pendant 15 min et c'est pret

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

Cuisses de canard au miel



Cuisses de canard à l'orange

Cuisses de Canard à l'orange

cookeo

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 4 cuisses de canard
- 5 oranges à jus et 1 orange tranchée
- 100g de sucre
- sel, poivre
- 4 épices
- maïzena

- En mode doré faire revenir les cuisses de canard avec un peu de beurre.
- Salé poivré.
- Presser les 5 oranges et trancher la sixième.
- Passer en mode cuisson rapide 12 min
- Ajouter le jus d'orange, l'orange tranchée,
- 1 Cuillère a café de 4 épices et le sucre.
- Bien mélanger
- En fin de cuisson, ajouter la maïzena 2 cuillères à café
- Délayé dans un peu d'eau.

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

cookeo

CUISSES DE POULET

Cuisses de poulet au cidre

Cookeo Moulinex

Cuisses de poulet au cidre

Préparation 5 *mn* ***Cuisson*** 20 mn **Propoints** 7 **Calories 336**

Ingrédients pour 4 personnes

4 cuisses de poulet
2 cuillères à café d'huile d'olive
100 g d'oignons congelés
200 g de champignons de Paris congelés
500 ml de cidre
3 cuillères à soupe de crème fraîche
Sel
Poivre

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

Préparation

Mode dorer

Versez les 2 cuillères à café d'huile d'olive.
Faites dorer les morceaux d'oignons et les cuisses de poulet quand l'huile est chaude.
Ajoutez les champignons de Paris.
Versez le cidre.
Salez et poivrez selon votre convenance.

.Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 20 mn
Ajoutez la crème fraîche quand la cuisson est terminée.
Servez chaud.

Cuisses de poulet au vin rouge

Cookeo Moulinex

Cuisses de poulet au vin rouge

Ingrédients pour 4 personnes

4 cuisses de poulet

1 petite boite de concentré de tomates

200 g de champignons de Paris

100 g d'oignons congelés

300 ml de vin rouge

Huile d'olive

1 cube de bouillon de bœuf

Sel

Poivre

Préparation

Mode dorer

Versez de l'huile dans la cuve et faites revenir les cuisses puis les morceaux d'oignons .

Réservez les cuisses de poulet et faites revenir les oignons et les champignons de Paris .

Redéposez les cuisses de poulet dans la cuve et ajoutez le vin rouge, le bouillon d'eau avec le cube de bouillon de bœuf.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Mode cuisson rapide ou sous pression

Programmez 20 mn de cuisson .Quand la cuisson est terminée réservez les cuisses dans un plat qui va au four .

Ajoutez la boite de concentré de tomates dans la cuve et mélangez. Versez la sauce sur les cuisses de poulet.

Enfournez pendant 10 mn à 180 degré. Servez chaud .

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

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

Cuisses de poulet au gingembre

Cookeo Moulinex

Cuisses de poulet au gingembre

Préparation 5 *mn* ***Cuisson*** 20 mn **Propoints** 5 **Calories 280**

Ingrédients pour 4 personnes

4 cuisses de poulet
2 cuillères à café d'huile d'olive
2 gousses d'ail
1 échalote
400 g de champignons de Paris congelés
1 cube de bouillon de volaille
2 cuillères à café de gingembre moulu
300 ml d'eau
Sel
Poivre

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

Préparation

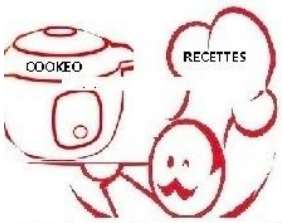
Mode dorer

Versez les 2 cuillères à café d'huile d'olive.
Faites dorer les gousses d'ail coupées en morceaux , l'échalote et les cuisses de poulet quand l'huile est chaude.
Ajoutez les champignons .
Versez l'eau avec le bouillon de cube de volaille .
Versez les cuillères à café de gingembre
Salez et poivrez selon votre convenance.

.Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 20 mn
Servez chaud.

Cuisses poulet poivrons courgettes



Cuisses poulet poivrons courgettes

Ingrédients pour 4 personnes

4 cuisses de poulet
300 g de poivrons
300 g de courgettes
1 cuillère à café de raz el hanout
400 ml d'eau
Sel
Poivre

Préparation

Mettez tous les ingrédients dans la cuve : les cuisses de poulet, les poivrons, les courgettes.
Versez l'eau. Ajoutez la cuillère à café de raz el hanout.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 25 mn

Servez chaud avec de la semoule par exemple

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

Cuisses de poulet au curry

Cookeo Moulinex

Cuisses de poulet au curry

Préparation 5 *mn* ***Cuisson*** 20 mn **Propoints** 6 **Calories 295**

Ingrédients pour 4 personnes

4 cuisses de poulet
1 grosse boite de champignons de Paris
2 cuillères à café d'huile d'olive
100 g d'oignons congelés
1 cube de bouillon de volaille
300 ml d'eau
Sel
Poivre
2 cuillères à café de curry
3 cuillères à soupe de crème fraîche

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

Préparation

Mode dorer

Versez les 2 cuillères à café d'huile d'olive.
Faites dorer les morceaux d'oignons et les cuisses de poulet quand l'huile est chaude.
Ajoutez les champignons de Paris (égouttés)
Versez l'eau avec le bouillon de cube de volaille. Ajoutez les cuillères de curry.
Salez et poivrez selon votre convenance.

.Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 20 mn
Quand la cuisson est terminée ajoutez les cuillères de crème fraîche.
Servez chaud.

Cuisses de poulet à la moutarde

Cookeo Moulinex

Cuisses de poulet à la moutarde

Préparation 5 *mn* ***Cuisson*** 20 mn **Propoints** 6 **Calories 290**

Ingrédients pour 4 personnes

4 cuisses de poulet
2 cuillères à café d'huile d'olive
100 g d'oignons congelés
400 g de champignons de Paris congelés
1 cube de bouillon de volaille
4 cuillères à soupe de moutarde
300 ml d'eau
Sel
Poivre

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

Préparation

Mode dorer

Versez les 2 cuillères à café d'huile d'olive.
Faites dorer les oignons et les cuisses de poulet quand l'huile est chaude.
Ajoutez les champignons
Versez l'eau avec le bouillon de cube de volaille .
Salez et poivrez selon votre convenance.
.Cuisson rapide ou cuisson sous pression
Programmez 20 mn
Ajoutez les 4 cuillères de moutarde à la fin de la cuisson .
Servez chaud.

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

Cuisses de poulet aux endives

Moulinex cookeo

Cuisses de poulet aux chicons (endives)

Anne Catherine Lelong Thibaut

Ingrédients :

4 personnes:

-4 cuisses de poulet
-1 oignon
-3 gousses d'ail
-1 grosse càS de fond de veau dilué dans 200 ml de vin blanc sec
-4 beaux chicons
persil sel poivre
(crème fraiche et maizena selon goûts)

Faire colorer les cuisses en mode dorer peandant 5 min de chaque cotés,
ajouter les oignons et les faire revenir encore 2 minutes.

Enlever les cuisses déposer 4 chicons coupés en 4,
remettre les cuisses par dessus.
Ajouter le vin, le fond,un peu sel de poivre et pas mal de persil.

Passer en mode rapide et cuire pdt 12 minutes. La sauce est un peu liquide on peu donc selon ses goûts y ajouter de la crème et de la maizena...Bon appétit

Cuisses de poulet aux champignons➳➳➳

Cookeo

Cuisses de poulet aux champignons

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 5 personnes

5 cuisses de poulet
1 verre de vin blanc
200 g de champignons de Paris
1 cube de bouillon de poule
1 oignon
Poivre
Sel

Découpez l'oignon en morceaux.
Allumez votre cookeo et positionnez vous en position manuelle puis ajoutez les ingrédients un par un.
Commencez par les oignons .puis faites suivre les champignons et placez dans la cuve les cuisses de poulet .Versez le verre de vin blanc sur les ingrédients. Salez et poivrez .Plongez le cube de bouillon de poule.
Versez de l'eau pour recouvrir les ingrédients. ;
Passez en **cuisson rapide** pour une programmation de 25 mn .Choisissez départ immédiat ou différé.
Servez chaud avec un légume de votre choix.

Cuisses de poulet au gingembre

Cuisses de Poulet au gingembre

proposée par Sabrina Jahvine Monlouis

Ingrédients

6 cuisses de poulet
2 gousses d'ails
une bonne racine de gingembre
Poivre, sel
1 échalotte, 4 cives
1 bouillon de saveur au poulet
4 mesures de riz

En mode manuel > Dorer : faire dorer le poulet.
1. Laver les morceaux de poulet et les assaisonner avec du sel du poivre.
2. Avec un pilon écraser les 2 gousses d'ails avec le gingembre qui sera coupé en lamelles, avec du sel et du poivre (le tout doit être comme une pâte).
3. Quand le cookéo est prêt faire dorer les morceaux poulet, puis ajouter ensuite la pâte ails, gingembre avec l'échalotte et les cives.
le tout doit avoir une couleur un peu brunâtre.
4. Arrêter le mode dorer, pour passer un mode cuisson rapide (15-20 mns)
5. Mettre les 4 mesures de riz, recouvrir d'eau (le tout doit bien être recouvert dans son ensemble) et le bouillon de poulet.
bon appétit.

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

Cuisses de poulet façon vapeur

Cuisses de poulet cuisson "vapeur"

proposée par Sophie Tophie

Ingrédients

Faites marinées au préalable des cuisses de poulet dans de :
la moutarde a l ancienne, échalote, jus de citron, sel poivre...

En mode doré : 3 min sur chaque face...

puis 200ml d eau dans le fond avec thym et bouillon. Cuisses (haut et pilons) dans panier vapeur...

un peu de beurre au dessus et 20 minutes cuisson...
cuisson nickel, poulet délicieux et sauce a tomber... un régal!!!!!

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

Cuisses de poulet et riz

cookeo

cuisses de poulet et riz

Pour 2 pers.
-2 cuisses de poulet
-100g de riz basmati (ou moins)
-1 ou 2 poignée(s) d'oignons émincés
-1 marmite de bouillon ail et persil
-1 cac de cumin
-1 cac paprika doux
-500 ml d'eau

Tout mettre dans la cuve, sauf le riz, cuisson rapide 5 minutes. Ensuite, ajouter le riz, cuisson rapide 10 minutes.

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

cookeo

Cuisses de pintade au riz

cookeo

cuisses de pintade au riz

-2cuisses de pintade
-2oignons émincés
-250ml d'eau
-2 bouillons de cube
-1 grande tasse de riz
-Persil, sel, poivre

Faire dorer les cuisses et réserver.
Faire revenir les oignons.
Remettre les cuisses, ainsi que le reste des ingrédients.
Cuisson rapide 15 minutes.

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

cookeo

Cuisses de poulet aux légumes

Cookeo Moulinex

Cuisses de poulet aux légumes

Préparation 5 *mn* **Cuisson** 20 mn **Propoints** 6 **Calories 294**

Ingrédients pour 4 personnes
4 cuisses de poulet
2 cuillères à café d'huile d'olive
100 g d'oignons congelés
200 g de champignons de Paris congelés
200 g de courgettes congelées
3 cuillères à café de concentré de tomates
Persil
1 cube de bouillon de bœuf
300 ml d'eau
Sel
Poivre

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

Préparation
Mode dorer
Versez les 2 cuillères à café d'huile d'olive.
Faites dorer les morceaux d'oignons et les cuisses de poulet quand l'huile est chaude.
Puis ajoutez les champignons de Paris, les courgettes.
Versez l'eau avec le bouillon de cube de bœuf.
Ajoutez les 3 cuillères à café de concentré de tomates Saupoudrez de persil.
Salez et poivrez selon votre convenance.
.Cuisson rapide ou cuisson sous pression
Programmez 20 mn
Servez chaud.

Cuisses de pintade au chou

cookeo

Cuisse de pintade et choux fleur

Pascale Godin Basecq

Ingrédients :

Pour 6 personnes

- 6 cuisses de pintade
- 2 oignons
- 1 choux fleur
- 250 ml de bouillon de volaille

Faire cuire le choux fleur en mode rapide 5 min.
Faire revenir les cuisses en mode DORER, les reserver.
Faire revenir les oignons, puis ajouter le bouillon, les cuisses et le choux fleur.

Cuisson rapide 15 min.

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

cookeo

Cuisses de poulet et pommes de terre

Cuisses de poulet & pommes de terre

proposée par Sandra Descloitres Tabari

Ingrédients

Pour 4 personnes
4 cuisses de poulet
6 pommes de terre (grosse)
1 oignon
1 verre de vin blanc
500 ml de bouillon de volaille (ou d'eau)
1 boite de concentré de tomates
lardons
huile d'olive
persil, ail, thym
sel, poivre
crème fraiche (facultatif)

J'ai choisi programme, ingrédients, viande, volaille, puis le poids,
faite dorer avec l'huile d'olive les cuisses de poulet, puis quand c'était bien doré, rajoutez l'oignon, les lardons, laissez dorer,
ajouter le verre de vin, laissez mijoter un peu,
puis rajoutez le bouillon, les patates coupées en morceaux, le concentré de tomates et les épices.
cuisson conseillé, 19 mn, mais j'ai mis 9 car les patates ce seraient transformées en purée, et vu le tant de dorage et de mijotage ^^ c'est suffisant. Les patates sont fondantes et la viande assez cuite ^^
vous pouvez rajouter de la crème fraiche en fin de cuisson. (même la lier)

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

Cuisses de poulet aux champignons

cookeo

Cuisses de poulet aux champignons

Sylvie Vuillemard

Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 4 cuisses de poulet
- 1 oignon
- 1 boite de champignons de paris
- 2 c à s de farine
- 150 ml d'eau
- 2 c à c de fond de veau
- sel, poivre

Mettre le cookeo en mode dorer, faire griller les cuisses et l'oignon.
Quand tout est bien doré, passer en cuisson rapide et ajouter les reste des ingrédients.
Cuisson rapide 18 minutes.
Ensuite mettre un peu de crème fraiche pour lier la sauce.

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

cookeo

Cuisses de poulet aux endives

Moulinex cookeo

Cuisses de poulet aux chicons (endives)

Anne Catherine Lelong Thibaut

Ingrédients :

4 personnes:

-4 cuisses de poulet
-1 oignon
-3 gousses d'ail
-1 grosse càS de fond de veau dilué dans 200 ml de vin blanc sec
-4 beaux chicons
persil sel poivre
(crème fraiche et maizena selon goûts)

Faire colorer les cuisses en mode dorer peandant 5 min de chaque cotés,
ajouter les oignons et les faire revenir encore 2 minutes.

Enlever les cuisses déposer 4 chicons coupés en 4,
remettre les cuisses par dessus.
Ajouter le vin, le fond,un peu sel de poivre et pas mal de persil.

Passer en mode rapide et cuire pdt 12 minutes. La sauce est un peu liquide on peu donc selon ses goûts y ajouter de la crème et de la maizena...Bon appétit

Cuisses de poulet méridionale

Cookeo Moulinex

Cuisses de poulet méridionale

Préparation 5 *mn* ***Cuisson*** 20 mn **Propoints** 6 **Calories 281**

Ingrédients pour 4 personnes

4 cuisses de poulet
2 cuillères à café d'huile d'olive
100 g d'oignons congelés
4 gousses d'ail en morceaux
1 boite de concentré de tomates
2 cuillères à café de paprika
Persil, origan
1 cuillère à soupe de moutarde
1 cube de bouillon de volaille
300 ml d'eau
Sel
Poivre

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

Préparation

Mode dorer

Versez les 2 cuillères à café d'huile d'olive.
Faites dorer les morceaux d'oignons et les cuisses de poulet quand l'huile est chaude. Puis ajoutez les gousses d'ail.
Versez l'eau avec le bouillon de cube de volaille.
Ajoutez les 2 cuillères à café de paprika et la cuillère à soupe de moutarde. Saupoudrez de persil et d'origan.
Salez et poivrez selon votre convenance.

.Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 20 mn
Quand la cuisson est terminée ajoutez le concentré de tomates.
Servez chaud.

Cuisses de poulet champignons courges

cookeo

Cuisse de poulet aux champignons et courges

Francoise Berthon

Ingrédients :

Pour 2 personnes

- 2 cuisses de poulet
- 1 boite de champignons
- 450g de courge râpée en spaghettis
- 1 petit oignon
- un peu de concentré de tomate
- fond de veau

Mettre en mode DORER, faire revenir les cuisses de poulet et l'oignon pendant 4 mins.
Ajouter les champignons 2-3 min
Mettre le concentré de tomate et le fond de veau
Ajouter l'eau et remuer;
Ajouter les spaghettis de courge
Cuisson rapide 25 min

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

cookeo

Cuisses de poulet vapeur

Cuisses de poulet cuisson "vapeur"

proposée par Sophie Tophie

Ingrédients

Faites marinées au préalable des cuisses de poulet dans de :
la moutarde a l ancienne, échalote, jus de citron, sel poivre...

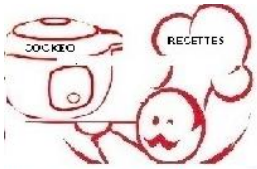
En mode doré : 3 min sur chaque face...

puis 200ml d eau dans le fond avec thym et bouillon. Cuisses (haut et pilons) dans panier vapeur...

un peu de beurre au dessus et 20 minutes cuisson...
cuisson nickel, poulet délicieux et sauce a tomber... un régal!!!!!

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

Cuisses poulet poivron courgettes



Cuisses poulet poivrons courgettes

Ingrédients pour 4 personnes
4 cuisses de poulet
300 g de poivrons
300 g de courgettes
1 cuillère à café de raz el hanout
400 ml d'eau
Sel
Poivre

Préparation
Mettez tous les ingrédients dans la cuve : les cuisses de poulet, les poivrons, les courgettes.
Versez l'eau. Ajoutez la cuillère à café de raz el hanout.
Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 25 mn
Servez chaud avec de la semoule par exemple

https://www.facebook.com/cookeorecettes/ http://recettescookeo.net,

Cuisses de poulet aux câpres

Cookeo Moulinex

Cuisses de poulet aux câpres

Préparation 5 *mn* ***Cuisson*** 20 mn **Propoints** 6 **Calories 297**

Ingrédients pour 4 personnes
4 cuisses de poulet
2 cuillères à café d'huile d'olive
100 g d'oignons congelés
2 briques de tomates en jus
1 cube de bouillon de bœuf
1 verre de câpres
100 ml d'eau
2 cuillères à soupe de maïzena
Sel
Poivre

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

Préparation
Mode dorer
Versez les 2 cuillères à café d'huile d'olive.
Faites dorer les morceaux d'oignons et les cuisses de poulet quand l'huile est chaude.
Versez les briques de tomates, l'eau avec le bouillon de cube de bœuf.
Ajoutez le verre de câpres.
Salez et poivrez selon votre convenance.
.Cuisson rapide ou cuisson sous pression
Programmez 20 mn
Vous pouvez épaissir la sauce si trop liquide avec de la maïzena en fonction dorer
Servez chaud.

POISSONS

Cabillaud lait de coco

Cabillaud au lait de coco

	2	4	6
Cabillaud	300 g	600 g	900 g
Lait de coco	15 cl	20 cl	30 cl
Citron vert (jus et zestes)	1/2	1	1.5
Gingembre frais	1 cc	1.5 cl	2 cc
Oignons nouveaux émincés	2	4	6
Curry	1 cc	2 cc	3 cc
Pousses de soja	70 g	140 g	210 g

2P Préparation : 5 mn Cuisson : 3 mn
4P Préparation : 5 mn Cuisson : 3 mn
6P Préparation : 5 mn Cuisson : 4 mn

Préparation :
Mettre le cabillaud, le jus et les zestes de citron, le lait de coco, les oignons nouveaux, et le gingembre.
Saler et poivrer
Cuisson
Après la cuisson
Ajouter les pousses de soja, mélanger.
Servir avec du riz blanc.

Cabillaud aux petites crevettes

Cabillaud aux petites crevettes

proposée par Mimi Titi

Ingrédients

4 cabillaud
200G de petites crevettes décortiquées surgelées
200G de crème légère liquide
Bisque de homard
1 petite boîte de champignons
Sel/poivre

Suivre la recette programmée "merlu aux crevettes"

Un délice et prêt en 3 minutes

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

Cabillaud et jardinière de légumes

Moulinex cookeo

Cabillaud & jardinière de legumes

Marie Billion-Roset

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

2 dos de cabillaud
6 carottes coupées en rondelle
6 pommes de terres coupées en gros morceaux
une poignée de petits pois surgelés
bouillon special pâtes
sel poivre

En mode dorer
Mettre tous les lègumes pendant 3mn
Recouvrir d'eau avec le bouillon special pâtes
Mettre en cuisson rapide : 7mn

une fois cuit
Ajouter vos dos de cabillaud dessus salé poivré et faites cuire a nouveau 7mn
Bon appétit

Calamars à la provençale

Moulinex cookeo

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.

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

Cari de crevettes et riz

Cari de crevettes et riz

cookeo

Ingrédients :

Pour 2 personnes :

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

- Mode doré :
- 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

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

cookeo

Cari de langoustes façon réunionnais

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 gimgembre
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 dorée ajouter l'ail et le gimgembre 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 gout, mélanger, puis laisser cuire environs 5min pour que les tomates soient bien cuites;
casser un peu les coquilles de la queue langouste afin que la sauce puisse y entrée;
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

Cassollettes fruits de mer

cookeo

cassolettes fruits de mer/pavé de cabillaud/riz basmati

-500 g de riz
-1cac fumet de poisson
1sachet de fruits de mer
-2 pavés de cabillaud
-1 brique de crème
-beurre
-sel/poivre
-curcuma
-farine
-lait

Faire suer les fruits de mer dans le beurre, les retirer.Remettre du beurre et faire un roux avec de la farine, ajouter du lait, cuire 3 mns.Ajouter tout le reste sauf le riz,laisser cuire 5 minutes.
Mettre 500 g de riz, 500ml d'eau, 1 cac de fumet de poissons.
Cuisson rapide 6 minutes.

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

cookeo

Choucroute de la mer

Moulinex cookeo

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 cookéo 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.

Chou chinois aux Saint Jacques

Moulinex cookeo

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 matiere grasse, j'ajoute les carottes puis le chou que j'ai fait blanchir dans un casserole a part (Histoire de gagner du temps et d'avoir un peu d'eau).

Je mélange bien puis j'ajoute la marmite, voila le tour est joué.
Bon appetit.

Coeur de filets de merlu provençal

Moulinex cookeo

Coeur de filets de merlu blanc provençal

Jean-Claude Lyonne

Ingrédients :

1 poivron
2 tomates
une grosse échalote
Ail et persil
50 cl de citron vert
100 cl de vin blanc
20 cl de crème fraîche liquide
sel et poivre
5 coeurs de filets de merlu blanc
une cuil à soupe de curry.

Fonction manuel "dorer" faire revenir le poivron coupé en petits dés avec l' échalote hachée,les tomates, l'ail et le persil avec une cuillère à soupe d'huile d'olive pendant 7 min.

Mettre position cuisson rapide (12 mn)

Ajouter le jus de citron et le vin blanc, remuer, puis ajouter le curry, la crème fraîche.

Fermer couvercle et en route pour 12 minutes !

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

Cocotte de moules au lard et safran

Moulinex cookeo

Cocotte de moule au safran et au lard

Rox Ane

Ingrédients :

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

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

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

Colin à la provençale

Moulinex cookeo

Colin à la provençale

Chinese Nonimace

Ingrédients :

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

Colin crevettes curry

Colin aux crevettes au curry

proposée par Annabelle Desprez

Ingrédients

Pour 2 personnes :

-150g de queues de crevettes décortiquées

-300g de filet de colin surgelé

- 250g de champignons de Paris frais

- 5cL de crème liquide

- 1 càs de curry

Sel poivre

Mettre dans le cookeo 150g de queues de crevettes décortiquées surgelées avec 300g de filet de colin surgelé également. Ajouter 250g de champignons de Paris frais coupés en lamelles. Dans une tasse, mélanger 5cL de crème liquide (allégée pourquoi pas, ça fonctionne très bien) avec 1 càs de curry. Saler, poivrer et ajouter votre crème au curry dans le cookeo.

Et hop, en cuisson rapide 2 min.

Comme les crevettes et le poisson sont surgelés, ils vont jeter de l'eau qui va suffire à la cuisson dans le Cookeo/ Les champignons restent un peu croquants, le poisson est fondant et la sauce nappe très bien le riz au curry.

Et le curry ça aide à la digestion, donc vous avez un plat léger qui se digère super bien!

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

Colombo de sole➳➳➳

Cookeo

Colombo de sole

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

4 filets de sole tropicale
100 g de champignons de Paris congelés
200 g de carottes congelées
100 g d'oignons congelés
2 Cuillères à café de fumet de poisson
Poudre de colombo
2 cuillères à soupe de crème fraîche
2 cuillères à café de moutarde
Poivre

Ajoutez les ingrédients en commençant par les oignons ,les champignons,les carottes.

Versez 300 ml d'eau dans la cuve .

Ajoutez les 2 cuillères de fumet de poisson

Ajoutez la crème fraîche. Saupoudrez de poudre de colombo,
Ajoutez les 2 cuillères de moutarde.Poivrez.

Mettez les filets de sole tropicale dans la cuve .

Programmez 10 mn de cuisson rapide.Servez chaud.

Coquillages du midi

Moulinex cookeo

Les coquillages du midi

Jean-Claude Lyonne

Ingrédients :

(pour 3 personnes):

- thon au naturel : 400gr

- ratatouille cuisinée à la provençal (en conserve, pas eu le temps de faire mieux pour ce midi !!) : 375 gr

-coulis de tomate : 200 ml

- pâte "coquillage" : 255 gr

- mettre fonction manuel (dorer) et sans attendre mettre le thon et la ratatouille et le coulis de tomate

- en même temps mettre eau à chauffer pour les pâtes

- à la fin du préchauffage mettre sur "maintien au chaud"

- fin de de cuisson des pâtes, servir comme des spaghettis bolognaises !

C'est tout bête mais c'est très bon ! Ca c'est de la cuisine express !

On peut certainement faire meilleur avec plus de temps (faire sa propre ratatouille par exemple)

Coquillettes aux médaillons de saumon➽➽➽

Cookeo

Coquillettes aux médaillons de saumon

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

3 médaillons de saumon
100 g d'oignons congelés
400 g de coquillettes
2 cuillères à café de moutarde
1 cube de bouillon de bœuf
1 verre de rosé
Poivre
Huile d'olive

mode dorer

Ajouter de l'huile d'olive dans la cuve, puis faites dorer les oignons .Ajoutez ensuite les médaillons de saumon .Emiettez les médaillons de saumon ,ajoutez les coquillettes dans la cuve .
Versez le verre de rosé, versez l'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté .
Ajouter 2 cuillères à café de moutarde

Passez en mode cuisson rapide 5 minutes . Servez chaud

Courgettes et morue au miel

cookeo

Courgettes à la chiquetaille de morue miel et raisins

ngrédients :

Pour 1 personne :

- 300 gr de courgette crue en cubes moyens (300 gr pelée
- 4 gousses d'ail
- coriandre en poudre
- persil en poudre
- 2 cuillères à soupe de chiquetaille de morue (disponible au rayon traiteur "à la coupe" de votre hypermarché)
- 20ene de grains de raisins blancs type chasselas (les grains sont petits)
- 1 cuillère à soupe de miel
- 1 cuillère à café d'huile d'olive
- sel/poivre

- Cuire la courgette avec les 4 gousses d'ail coupées en deux
- La coriandre et le persil,
- Programme Cookeo « Courgette en morceaux »
- Vider ensuite la cuve
- mettre en mode Dorer, et faire revenir dès le début de la phase de préchauffage, dans l'huile d'olive, la chiquetaille de morue avec les grains de raisins blancs.
- Quand c'est assez doré à votre goût, ajouter la courgette cuite,
- mélanger délicatement,
- laisser revenir 1 à 2 minutes,
- puis ajouter la cuillère à soupe de miel, mélanger jusqu'à ce que le miel soit bien fondu. Saler, poivrer

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

cookeo

Crevettes et blanc d'encornets

cookeo

Crevettes et blanc d'encornets sauce coco/épices indiennes Tiph Tiph

Ingrédients

- crevettes
- blanc d'encornets
-oignons
- abricots séchés
- tomates séchées (1 petit bocal)
- 1 boite lait de coco
- épices indiennes (ducro) à doser suivant vos gouts

Enlever uniquement la tête des crevettes. Faire revenir crevettes, blanc d'encornets et oignons au cookéo. Ajouter ensuite ts les ingrédients et mettre à cuire 4 mn

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

cookeo

Crevettes coriandre

Cookeo
Moulinex

Crevettes coriandre

Ingrédients pour 4 personnes.

24 grosses crevettes décortiquées congelées ou fraîche
100 ml de lait de coco
5 cl de fumet de poisson
1 cuillère à café de purée de coriandre
1/2 jus de citron vert
Piment de Cayenne
Sel et poivre

Préparation

Décortiquez les crevettes si elles sont fraîches.
Ajoutez les crevettes dans la cuve puis le lait de coco, le fumet de poisson, la cuillère à café de purée de coriandre, le jus de citron vert.
Versez le piment de Cayenne. Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 1 mn
Servez chaud

Crevettes au riz➳➳➳

Cookeo

Crevettes au riz

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes
300 g de riz
500 g de crevettes congelées
200 g de lanières de poivron congelées
200 g de champignons de Paris congelés
1 verre de vin blanc
2 cuillères à soupe de curry
1 cuillère à soupe de moutarde
1 cube de bouillon de bœuf
Ail congelé
Sel
Poivre

Préparez un bouillon avec 500 ml d'eau et un cube de bouillon de bœuf.
Ajoutez les ingrédients, en commençant par le riz, les crevettes, les lanières de poivron, les champignons de Paris.
Mélangez au fur et à mesure. Puis versez le bouillon préparé, puis le verre de vin blanc.
Saupoudrez de curry. Ajoutez une cuillère de moutarde.
Saler et poivrez . Ajoutez l'ail pour finir.
Cuisson rapide 10 mn. C'est parti pour la cuisson de votre recette.

Crevettes cocktail de fruits de mer

cookeo

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.

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

cookeo

Coktail 3 fruits de mer et riz

Moulinex cookeo

Cocktail de 3 fruits de mer et riz

Marc Reveur

Ingrédients :

pour 4 personnes

- 2 cas huile d olive
- 1 oignon
- 4 tomates
- 1 sachet coktail de 3 fruits de mer surgelés picard (500 grs)
- sel poivre,
- 1.5 cas curry,
- thym ou laurier
- riz blanc 300 grs
- eau 15cl

En mode DORER
Mettre 2 cas d'huile d'olive
Faire revenir les oignons et les tomates découpées en petits cubes.
les tomates doivent fondre...

Ajouter sel poivre thym et curry
puis le sachet cocktail de fruits de mer surgelés
Remuer

Quand c'est bien décongelé
Ajouter le riz et 15 cl d'eau
Mettre cuisson rapide 9 minutes

Bon appétit

Crevettes sur fondue de poireaux

Moulinex cookeo

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 !

Curry de limande➽➽➽

Cookeo

Curry de limande

Jean-Philippe Rousseau

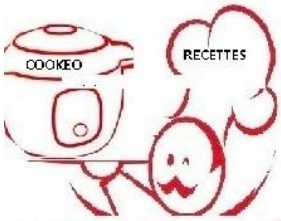
Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes
4 filets de limande
2 cuillères à café de fumet de poisson
1 verre de vin blanc
Sel
Poivre
1 petite boite de tomates pelées
1 pot de fromage blanc (125 g)
4 cuillères à café de curry
Huile d'olive

Fonction dorer
Dans la cuve du cookeo versez de l'huile d'olive,
Faites dorer les filets de limande pendant 5 mn puis ajoutez un à un les ingrédients de la recette.
Versez le vin blanc, saupoudrez avec les 2 cuillères de fumet de poisson et les 4 cuillères de curry .Ouvrez la boîte de tomates pelées et ajoutez avec le reste des ingrédients.
Ajoutez le pot de fromage blanc, salez et poivrez selon votre convenance. Mélangez l'ensemble de la préparation.
Fonction cuisson rapide 4 mn.
Pour une cuisson dans une poêle ou un faitout faites mijoter 10 mn.
Servez chaud avec un légume de votre choix.

LEGUMES

Carottes crème fraîche paprika



Carottes Crème fraîche paprika

Ingrédients pour 4 personnes

800 g de carottes
150 g de jambon fumé ou jambon fumé râpé
200 ml de crème fraîche liquide
100 g d'oignons
Paprika
1 jaune d'œuf
Huile d'olive
Sel
Poivre

Préparation

Coupez les carottes en rondelles et déposez les dans le panier vapeur.
Versez 200 ml d'eau dans la cuve et déposez le panier vapeur dans la cuve .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 7 mn
Quand la cuisson est terminée enlevez le panier vapeur et videz la cuve .

Mode dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve et faites dorer les oignons .
Ajoutez le jambon fumé
Ajoutez les carottes.
Salez ,poivrez ,saupoudrez de paprika .
Ajoutez la crème fraîche et une cuillère à soupe de moutarde. Mélangez .
Déposez le jaune d'œuf et mélangez .
Servez chaud .

Carottes aux oignons

Cookeo

Carottes aux oignons

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 2 personnes

100 g d'oignons congelés
300 g de carottes
Sel
Poivre
Huile d'olive
200 m d'eau

Préparation

« Fonction ingrédients » puis **« légumes et fruits »** puis **« carottes »** choisissez enfin **« rondelles »** Sélectionnez 300 g . Versez 200 ml d'eau dans la cuve puis déposez les carottes en rondelles dans le panier vapeur. Installez le panier vapeur dans la cuve.
Faites **ok** avec un départ immédiat .Verrouillez le couvercle.
Réservez les carottes en sortant le panier du cookeo .
Sortez la cuve pour vider l'eau .
Repositionnez la cuve puis passez en « mode dorer » et versez de l'huile d'olive .
Faites revenir les oignons puis ajoutez les carottes .
Servez avec un féculent de votre choix par exemple ou tout simplement chaud .

Carottes bolognaise

Moulinex cookeo

Carottes a la bolognaise

Mimi Steph Vauve Merle

Ingrédients :

Pour 4 pers

6 grandes et grosses carottes
500g viande hachée
1/2 oignon
1 pot de Sauce tomate maison (env 500ml)
Sel poivre

Faire revenir la viande hachée en mode dorer pendant 3 min puis ajouter l'oignon émincé laisser le tout en dorer pendant 2 min. Ensuite ajouter les carottes en rondelles et la sauce tomate, sel, poivre pendant 8 min en cuisson rapide. Résultat délicieux avec des carottes légèrement craquant es. Vous pouvez laisser un peu plus longtemps si vous les préférez molles. Bon appétit.

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

Carottes carbonara version 2

cookeo

Carottes à la carbonara revisitées à ma façon. Marie Francoise Patricia

Ingrédients :

Pour 2 ou 3 personnes :

- 700 grs de carottes coupées en rondelles
- 200 grs de lardons nature ou fumé
- 10 cl d'eau
- 10 cl de crème fraîche liquide
- 2 jaunes d'oeuf
- Un 1/2 cube de votre choix (légume ou cubes or)
- Sel, poivre

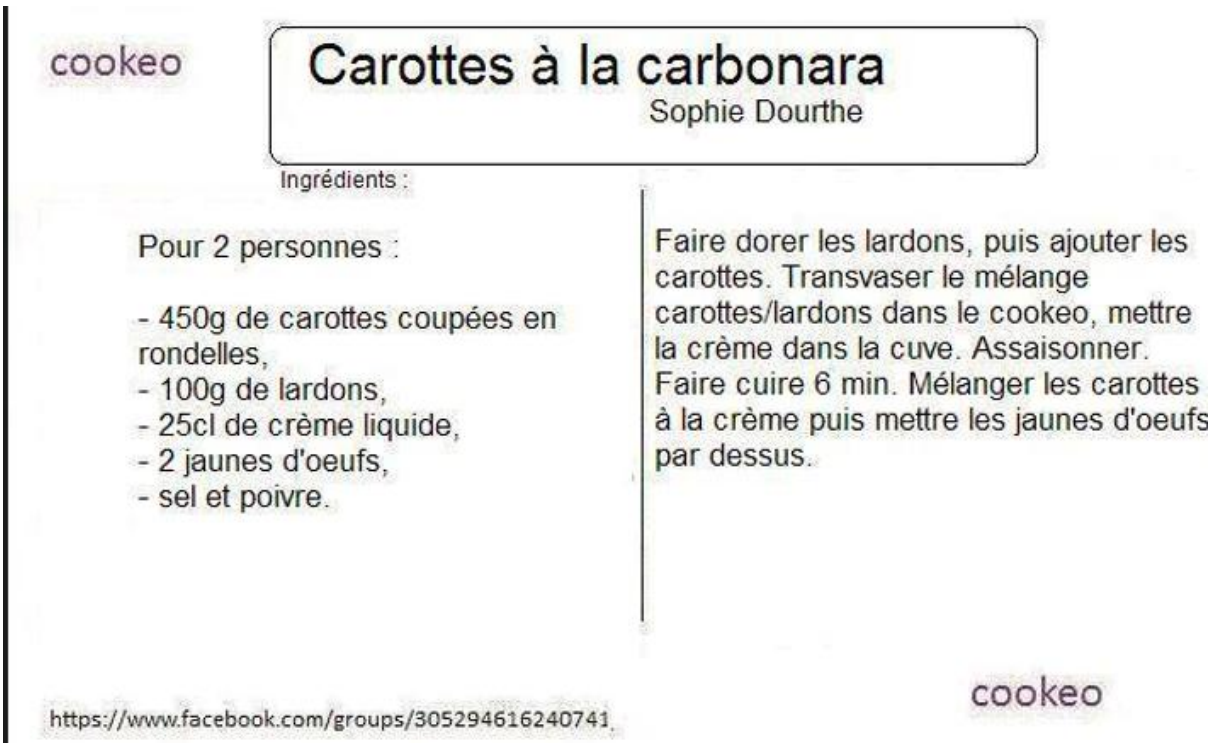
Faire dorer les lardons , ajouter les carottes.
Transvaser le mélange ds le panier vapeur .
Mettre l'eau avec le 1/2 cube émietté, mélanger pour soulever les sucs du Dorage précédent.
Poser le panier sur ce liquide , cuisson rapide 6 mn .
Mélanger ensuite les carottes à cette réduction .
Ajouter la crème et les jaunes d'oeuf .
Maintien au chaud en attendant de ce mettre à table.

VARIANTE . sans lardons ni oeuf pour accompagner une viande

cookeo

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

Carottes carbonara



cookeo

Carottes à la carbonara
Sophie Dourthe

Ingrédients :

Pour 2 personnes :

- 450g de carottes coupées en rondelles,
- 100g de lardons,
- 25cl de crème liquide,
- 2 jaunes d'oeufs,
- sel et poivre.

Faire dorer les lardons, puis ajouter les carottes. Transvaser le mélange carottes/lardons dans le cookeo, mettre la crème dans la cuve. Assaisonner. Faire cuire 6 min. Mélanger les carottes à la crème puis mettre les jaunes d'oeufs par dessus.

cookeo

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

Carottes glacées au chorizo

Carottes glacées au chorizo

proposée par Céline Brevière

Ingrédients

4 personnes:
Oignon
Chorizo
carottes

Suivre exactement la recette du cookéo de "Carottes glacées"

Quand c'est terminé, passer en mode dorer
ajouter 1/2 oignon et 120 à 150g de chorizo doux

Faites dorer environ 10 à 15mn en remuant de temps en temps.... c'est prêt !!!

Je le sert avec du riz

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

Carottes aux oignons➽➽➽

Cookeo
Moulinex

Carottes aux oignons

Préparation 5 mn Cuisson 10 mn Propoints 2 Calories 76

Ingrédients pour 4 personnes

100 g d'oignons congelés
600 g de carottes
Sel
Poivre
Huile d'olive
200 m d'eau

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

Préparation
« Fonction ingrédients » puis « légumes et fruits » puis « carottes » choisissez enfin « rondelles »
Sélectionnez 300 g . Versez 200 ml d'eau dans la cuve puis déposez les carottes en rondelles dans le panier vapeur. Installez le panier vapeur dans la cuve.
Faites ok avec un départ immédiat .Verrouillez le couvercle.
Sortez le panier du cookeo. Sortez la cuve pour vider l'eau .
Repositionnez la cuve puis passez en « mode dorer » et versez de l'huile d'olive .
Faites revenir les oignons puis ajoutez les carottes .
Servez chaud .

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

Carottes à la crème

Carottes au cumin

Caviar d’aubergines

Cookeo Moulinex

Caviar d'aubergines

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

Ingrédients pour 4 personnes.

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

Préparation

Placez les cubes d'aubergine dans le panier vapeur puis dans la cuve, avec 200 ml d'eau.

Cuisson rapide

6 mn

Mixez l'aubergine avec l'ail,l'huile d'olive,le cumin,le sucre,le persil. et le jus du citron

Salez et poivrez.

Placez au frigo au moins 4 h .

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

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

Champignons oignons crème fraîche

Moulinex cookeo

Champignons & oignons à la crème fraiche

Corinne Croisille

Ingrédients :

4 personnes :

- 500g de champignons
- 25cl de crème fraîche
- 2 oignons
- 1 c à café de jus de citron
- 2 c à soupe de persil ciselé
- sel et poivre

Épluchez et émincez les oignons.

Mettre le cookéo en manuel et dorer.

Faites fondre le beurre et ajoutez les oignons.

Faites dorer 6 minutes en mélangeant. Incorporez les champignons, le jus de citron, la crème.

Salez et poivrez.

Passez en mode cuisson rapide 7 minutes.

En fin de cuisson ajoutez le persil.

Choux rouge

cookeo

Choux rouge

Patricia Delfolie

Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 1 choux
- 2 Oignons
- 2 gousses d'ail
- 3 c à s de cassonade
- 1 c à s de vinaigre balsamique
- 2 pommes golden
- Thym, Laurier
- Huile gout neutre
- 10 g de beurre
- sel, poivre

Laver, émincer le choux, les oignons et l'ail.
Mode dorer chauffer l'huile avec le beurre
Faire fondre l'oignon avec l'ail ne pas colorer
Ajouter le choux bien remuer, saler, poivrer, ajouter le thym, le laurier, le vinaigre, la cassonade. Remuer.
Ajouter 200 ml d'eau
Cuisson rapide 20 min
Ouvrir et ajouter les pommes puis cuisson rapide 5 min

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

cookeo

Chou chinois au gingembre

Moulinex cookeo

Chou chinois au gingembre

Patricia Juramie

Ingrédients :

Pour 4 personnes

½ chou chinois
Gingembre (en fonction de vos goûts)
Sauce soja (5 cs, mais à ajouter en fonction de vos goûts)
400 ml de bouillon cube or
200 g de riz basmati

Mettre dans la cuve le chou, le bouillon, la sauce soja, le gingembre et le riz.
Poivrez (ne pas saler car sauce soja et bouillon)
Mélanger le tout
Cuisson rapide 10 mn

Pour un plat complet avec protéine, rajouter des pavés de saumon coupé en morceau.

Bon appétit !!!!!

Courgettes Roquefort

Moulinex cookeo

Courgettes au roquefort

Sabrina Lefevre

Ingrédients :

Pour 4 personnes

2kg de courgette
epluchées et coupées en rondelles ,
1 pot de boursin au roquefort ,
sel , poivre ,
echalottes et ail en poudre

Mettre les courgettes en rondelle dans le cookeo et mettre sur mode dorer ,

quand c'est un peu fondue mettre le pot de boursin au roquefort , le sel , le poivre , 2 ca c d''échalotte en epice , de l'ail , attendre jusqu'a la fin du prechauffage et mettre en cuisson rapide 4 mn !

(j'ai rajouter 2 steack de saumon sur le dessus)

Courgettes bolognaise

Cookeo Moulinex

Courgettes bolognaise

JP ROUSSEAU

Ingrédients pour 2 personnes :
120g de bœuf haché
300 g de courgettes congelées en rondelles
2 tomates coupées en quartier
100 g d'oignons congelés
2 gousses d'ail
1 cube de bouillon de bœuf
1 verre de vin blanc
1 petite boite de concentré de tomates
Persil
Sel
Poivre
Huile D'olive

Préparation
En mode « Dorer »
Versez l'huile d'olive dans la cuve, faire revenir les oignons, la viande, et l'ail .
Ajoutez ensuite les courgettes et le persil . Emiettez le cube de bouillon de bœuf .
Versez le vin blanc et 300 ml d'eau .
Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou Cuisson sous pression
Démarrez la cuisson 5 minutes

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

Compotée d'endives

Moulinex cookeo

Compotée d'endives

Nathalie Danvers

Ingrédients :

- 4 Endives
- 25gr de beurre
- 1 oignon
- 2 càs de cassonade
- sel et poivre

En mode ingrédient : Endives
cuire 4 endives entières à la vapeur pendant 20mn,
Vider l'eau et les endives

En mode manuel : Dorer
Dorer 25gr de beurre+1 oignon

Ajouter les endives cuites, pendant 5mn,

Saler et poivrer
Ajouter 2 cuillères à soupe de cassonade,
cuire en mode manuel 10mn(sans ajout d'eau)

Cela fait comme une compotée, nous avons adoré!

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

Compotée de légumes

Moulinex cookeo

Compotée de légumes

Carole Chaput

Ingrédients :

Pour 6 personnes

1kg de courgettes,
1 poivron rouge,
1 poivron jaune,
4 tomates,
3 à 4 gousses d'ail.

Couper les légumes en dés, choisir RECETTES - DESSERTS - COMPOTE. Mettre les légumes (au lieu des fruits) dans le cookéo, arroser d'un peu d'huile d'olive, l'ail haché, un peu d'eau et laisser faire le Cookéo.

Je me suis servi de cette compotée pour faire des verrinne avec des lamelles de jambon cru passé à la poêle et comme il m'en restait encore j'ai fait des oeufs en cocotte avec ma compotée, des dès de jambon blanc, un oeuf et du gruyère, le tout au four.

Courgettes vache qui rit

cookeo

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.

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

cookeo

Courgettes au chèvre

Moulinex cookeo

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

Courgettes et tomates au Boursin

Moulinex cookeo

Courgettes et tomates au boursin cuisine

Valerie Lacroix

Ingrédients :

Pour 2 personnes

2 courgettes,
des tomates bien mûres,
100 ml de fond de volaille,
de l'huile d'olive,
un demi pot de boursin cuisine basilic,
sel et poivre..

Après avoir découpé en morceaux les légumes pendant la précuisson, dorer à l'huile d'olive (une cuillère à café pour moi car ww) les courgettes, ajouter les tomates, laisser le tout prendre les saveurs de l'huile d'olive durant quelques minutes. Ensuite mettre en cuisson rapide pour six minutes, les tomates vont fondre et former une sauce crème tomatée avec le boursin et les courgettes seront fondantes... J'ai servi cela avec des pâtes grecques... Bon appétit

Crème de carottes

Moulinex cookeo

Crème de carottes

Maylis UrvoyRougon

Ingrédients :

1 gros oignon
600 g de carottes
150 g de pommes de terre
20 g d'huile
300 g d'eau
200 g de lait
1 c à café de sel
poivre

Laver , couper les lègumes.
Tout mettre dans la cuve (les legumes + tous les ingrédients)

en mode cuisson rapide : 15 mn

Passer ensuite au mixeur pour faire une creme .

Vous pouvez y ajouter de la vache qui rit !

Bon appetit

DESSERTS

DESSERTS

Cerise au sirop

cookeo

Cerises aux sirop

Edwige Midon

Ingrédients :

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

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

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

cookeo

Charlotte ménagère

Moulinex cookeo

Charlotte ménagère

Gigi la Brune

Ingrédients :

pour 5 personnes

500g de pain sans croute
1kg de pommes
200g de sucre cristalisé
2 verres de cidre
4 cuil de beurre

Coupez le pain en tranches minces et sans croutes si possible
Tartinez les lègerement de beurre
épluchez les pommes,coupez les en tranches fine

Beurrez le fond et les parois du moule
tapissezl interieur et le fond avec le pain
disposez a l interieur une couche de pommes ,une de pain ,etc.....
et soupoudrez de sucre entre chaque couche

Arrosez de cidre
versez deux verre d eau dans le cookeo

Posez le moule dans le panier vapeur et mettez le dans le cookeo
Faire cuire 17 minute
une fois fini sortir le panier er demouler votre charlotte c'est pret !

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

Cheesecake citron speculoos

Moulinex cookeo

Cheesecake citron/spéculoos

Maéva Parrinello

Ingrédients :

Pour le biscuit
- 250 g de spéculoos (ou autre si vous préférez)
- 125 g de beurre fondu

Pour l'appareil :
- 500 g de petits suisses (ou fromage blanc, faisselle, etc)
- 150 g de sucre
- 2 cuillères à soupe de farine
- 3 œufs
- 20 cl de crème fraîche
- parfum au choix (j'ai utilisé de la poudre de citron)

(pour cette recette vous pouvez utiliser le panier vapeur dont vous aurez recouvert le fond de papier sulfurisé ou bien un moule)

Broyer les spéculoos et mélanger au beurre fondu. Tapisser le fond du moule avec l'appareil à biscuit, former une croute sur les parois et réserver au frigo.

Mélanger les œufs, le sucre, le fromage blanc, la farine, la crème et l'arôme. L'appareil doit être homogène et sans grumeaux.
Recouvrir le fond biscuité jusqu'à la croute (il se peut qu'il vous reste de la préparation selon le récipient choisi)

Mettre 200ml d'eau au fond de la cuve.
Recouvrir le panier (ou le moule) de film cellophane. Cuisson rapide 35 min.

Le cheesecake se déguste le lendemain et peut être accompagné d'un coulis de fruits ou d'une sauce au chocolat selon l'arôme choisi.

Bon appétit !

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

Chocolat maison à l'ancienne

Moulinex cookeo

Chocolat Maison à l'ancienne

Inès Castryck

Ingrédients :

-chocolat pâtissier (env.80/90g pour 2 bol)
- un sachet de sucre vanillé
-une bonne demi-bouteille (600 ml) de lait demi-écrémé,
-1/3 d'une brique de crème fraiche liquide.

Sur la fonction "dorer" (débuter dès le démarrage de l'appareil, ne pas attendre que le préchauffage soit terminé),

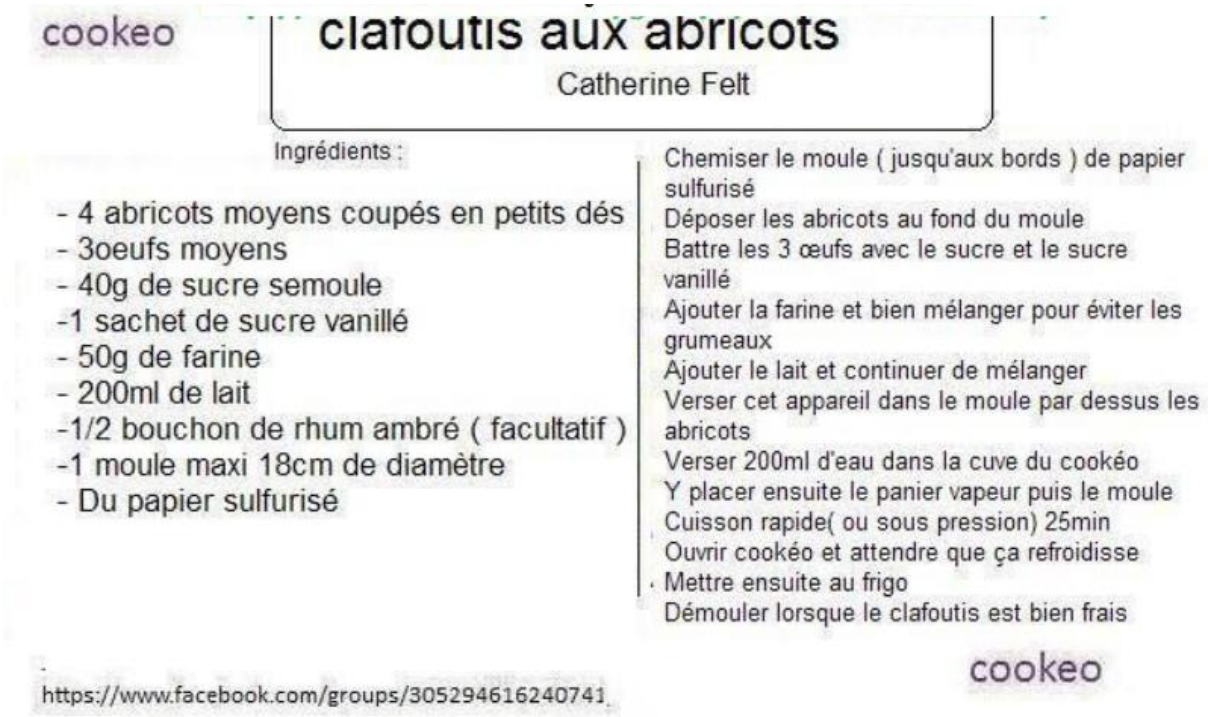
déposer les carrés de chocolat pâtissier avec un peu de lait, laisser fondre le chocolat tout en mélangeant pour que ça n'accroche pas.

Une fois fondu, ajouter un sachet de sucre vanillé puis l'équivalent d'une bonne demi-bouteille de lait demi-écrémé, et la crème fraiche liquide.
Mélanger, laisser chauffer moins d'une minute en rabaissant un peu le couvercle.

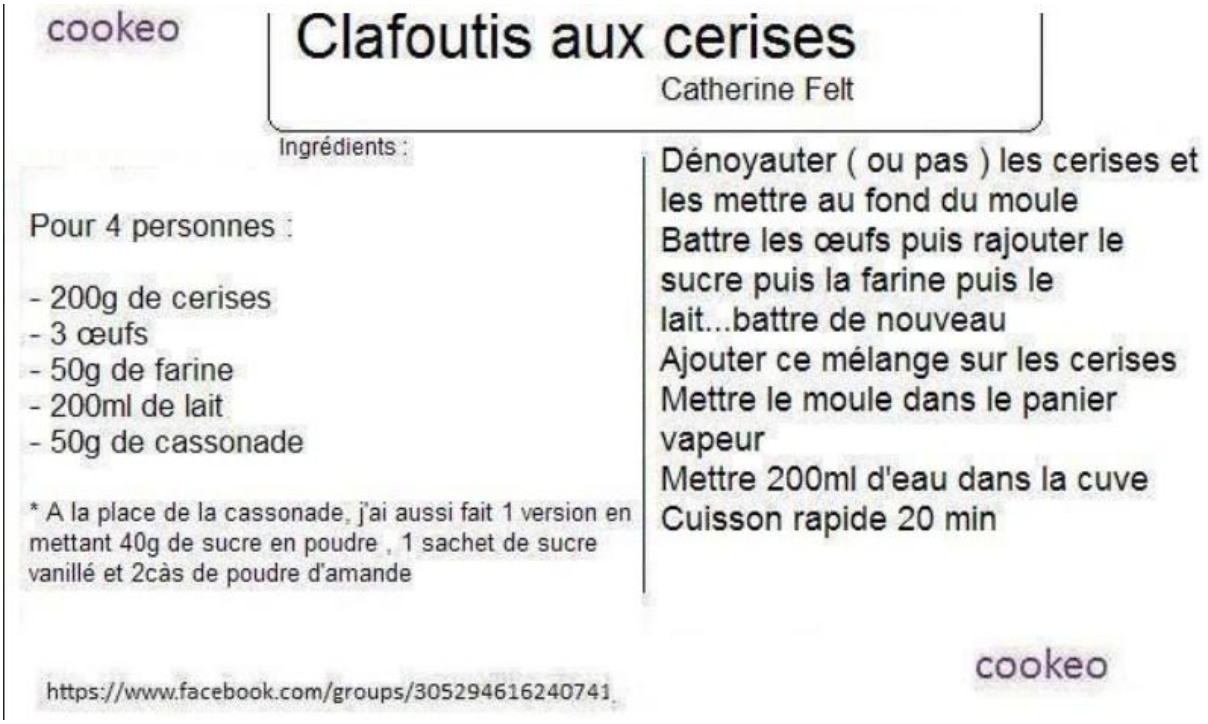
Ajuster la dose de sucre à votre convenance et déguster Un régal pour le dimanche matin !

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

Clafoutis aux abricots



Clafoutis aux cerises



Clémentines menthe pignons

Cookeo Moulinex

Clémentines menthe pignons

Ingrédients

Pour 4 personnes

600 g de suprêmes de clémentines

160 g de sucre

12 feuilles de menthe

250 ml d'eau

20 g de pignons de pin

10 g de beurre

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

Préparation

Mode dorer

Faites fondre le beurre dans la cuve.

Faites dorer les pignons puis réservez-les.

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

Mode cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 1 mn.

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

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

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

Coeur coulant au chocolat

cookeo

Cœur coulant au chocolat

Lucie Repussard Barbier

Ingrédients :

- 180 gr de farine
- 100 gr de sucre
- 100 gr de beurre fondu
- 3 œufs
- 1 sachet de levure chimique
- 4 CS de chocolat en poudre
- du nutella

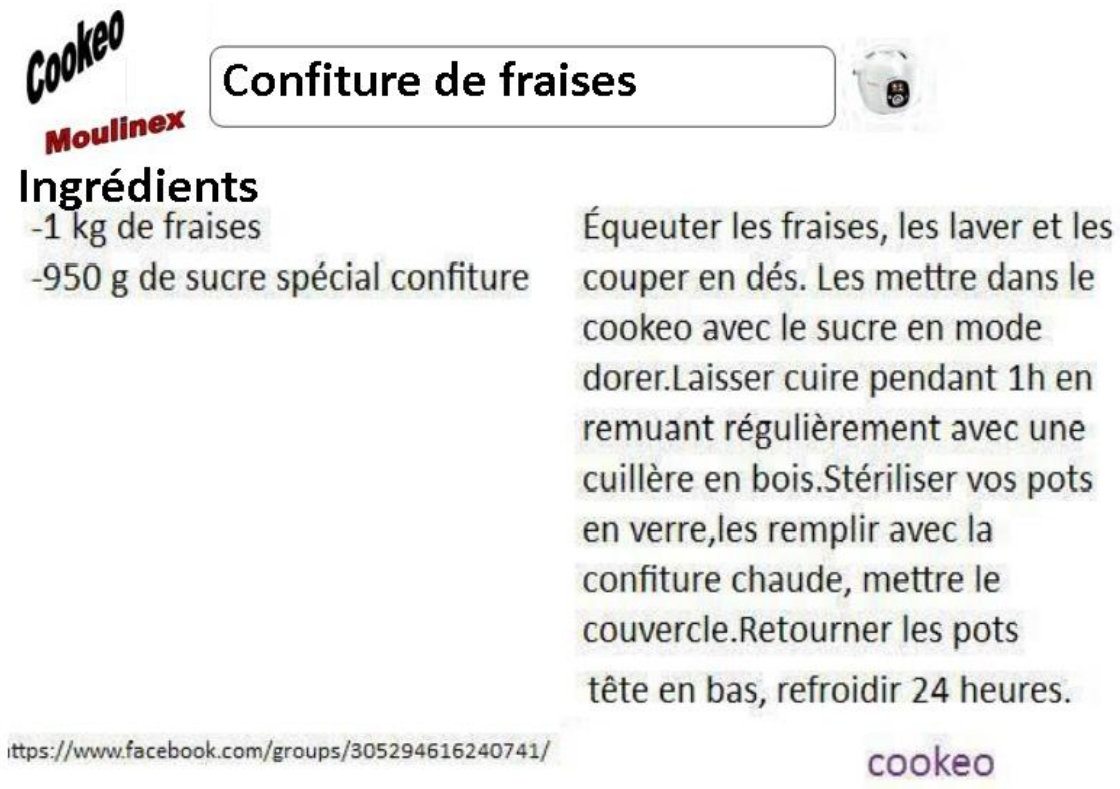
Mélanger tous les ingrédients SAUF le nutella.(il faut que la préparation soit homogène) pour celle qui ont un thermomix comme moi mettre 1 min vitesse 5.
Mettre cette préparation dans des moules en silicone jusqu'à la moitié , ajouter une demi cuillère à café de nutella au milieu et couvrir complètement avec la préparation. Ajouter 250 ml d'eau dans la cuve et faire cuire en mode rapide 15 min. À la fin ouvrir le cookeo et laisser les moelleux une dizaine de minutes refroidir (essentiel à la recette)

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

cookeo

CONFITURES

Confiture de fraises



Confiture de fraises express

Cookeo Moulinex

Confiture de fraises express

Claire Charruault

Pour 4pots :

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

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

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

cookeo

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

Confiture de fraise à la menthe

Cookeo Moulinex

Confiture de fraises à la menthe

Corinne costa

Ingrédients :

Pour 2 pots :

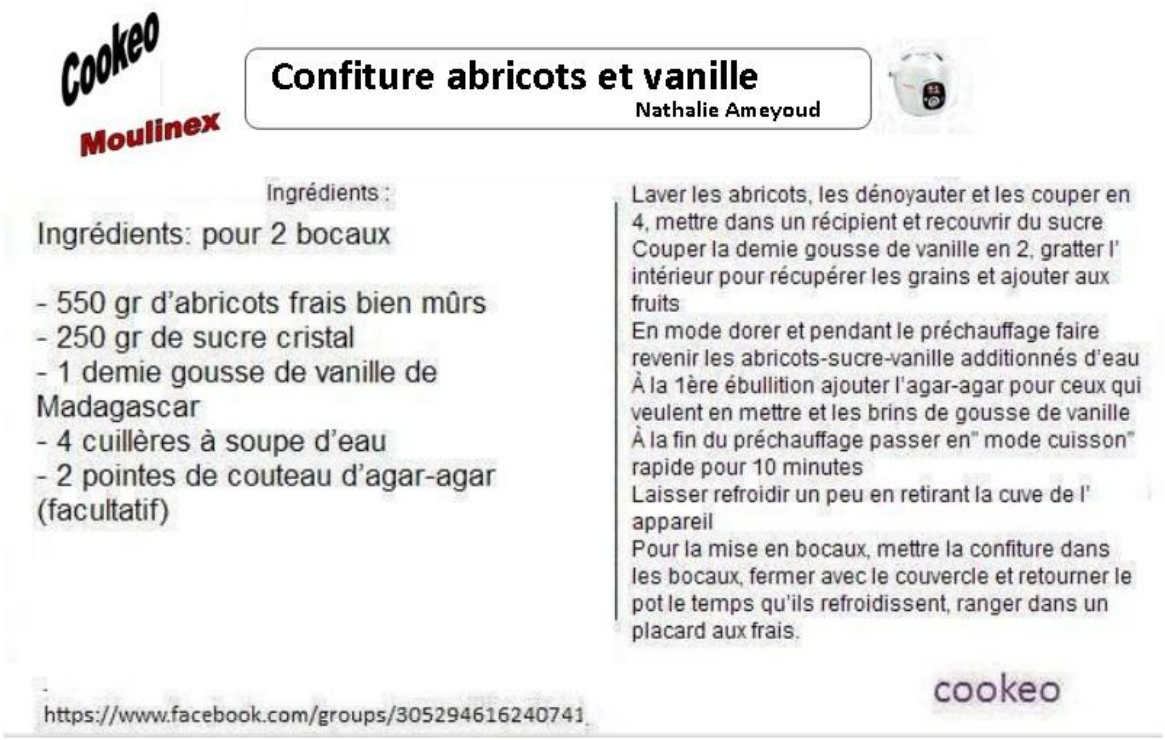
- 500g de fraises,
- 440g de sucre special confiture,
- 7/8 feuilles de menthe ciselées

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

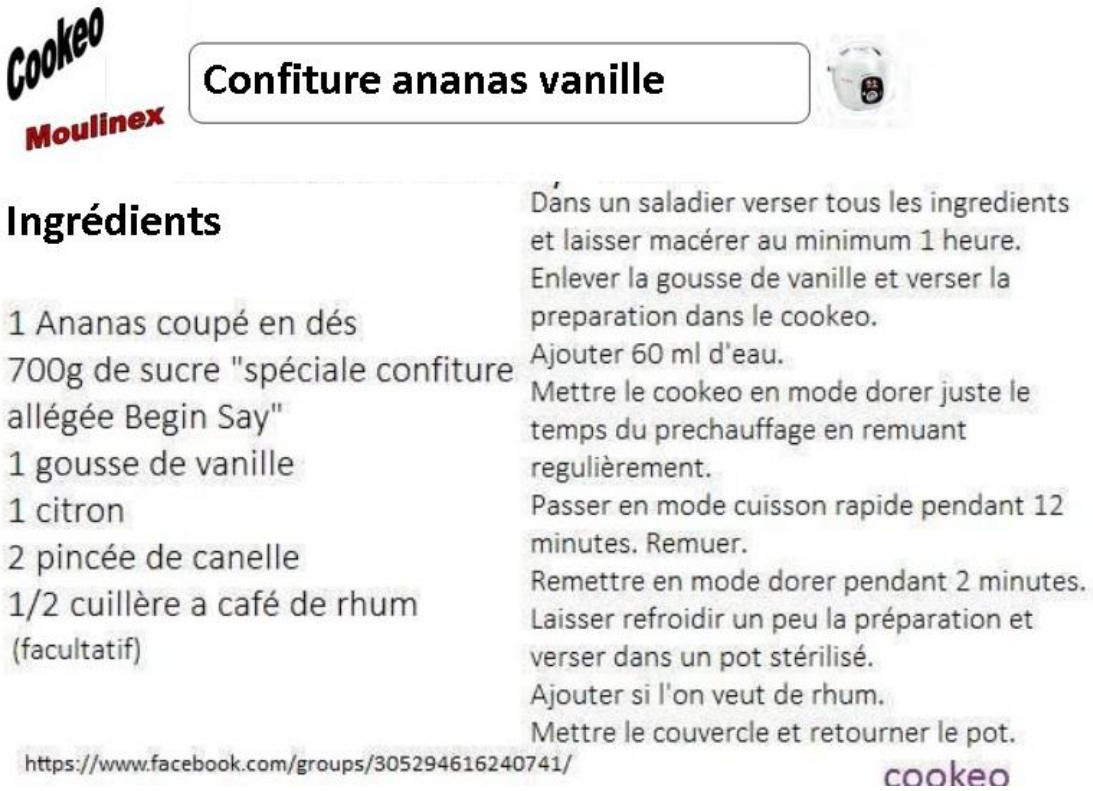
cookeo

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

Confiture abricots vanille



Confiture ananas vanille



Confiture de lait

Ingrédients

1 boite de lait concentré
(de préférence Nestlé)

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

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

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

cookeo

Confiture de figues

Ingrédients :

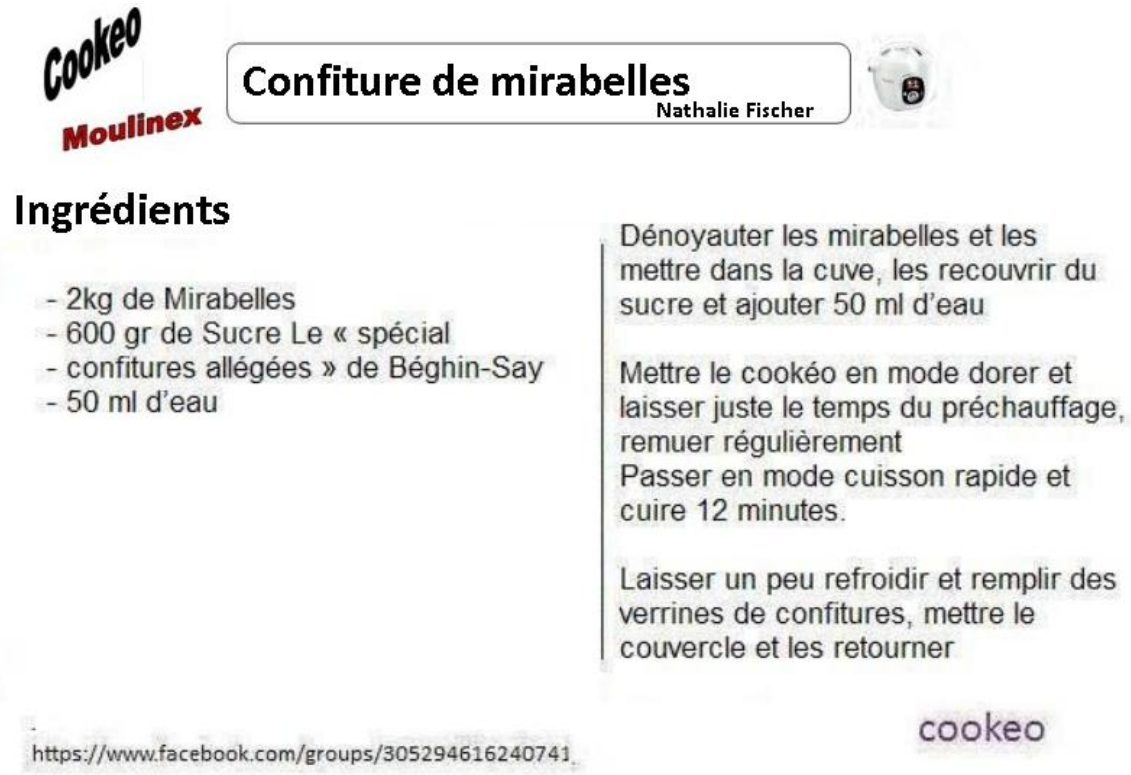
- 500g de figues,
- 100g de sucre,
- 1cc d'agar agar.

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

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

cookeo

Confiture de mirabelles



Confiture de mûres

Cookeo Moulinex

Confiture de mûres

Natacha Treille

Ingrédients

Pour 2 pots de 250ml de confiture

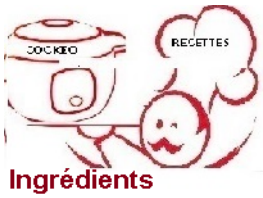
- 500gr de pulpe de fruit (je presse les fruits pour en retirer les pépins)
- 250gr de sucre
- 1 gr d agar agar

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

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

cookeo

Confiture pommes orange



Confiture pommes orange

Ingrédients

1 kg de pommes
1 orange
700 g de sucre spécial confiture
Zeste d'orange

Préparation

Epluchez et coupez les pommes en morceaux.
Epluchez l'orange et prélevez les suprêmes et coupez-les en morceaux. Râpez quelques morceaux de zeste.
Déposez les morceaux de pommes , d'orange et le zeste dans la cuve.
Ajoutez le sucre et mélangez.

Mode dorer

Mélangez de temps en temps jusqu'à ébullition.
Laissez à ébullition pendant 5 mn puis éteignez votre cookeo.
Quand la cuisson est terminée mixez la préparation.
Versez la préparation des pots à confiture . Vissez le couvercle et retournez les pots.
Laissez refroidir à l'air libre.

Confiture de pommes

Cookeo
Moulinex

Confiture de pommes

Ingrédients pour 4 ou 5 pots

1 kg de pommes coupées

700 g de sucre pour confiture

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

Préparation
Mode dorer

Mettez le pommes coupées dans la cuve. Ajoutez le sucre et mélangez.

Quand le mélange arrive à ébullition laissez en position dorer pendant 5 mn.

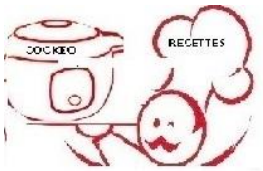
Arrêtez votre cookeo et mixer la préparation.

Versez la préparation dans des pots de confiture, fermez avec les couvercles et retournez les pots

COMPOTES

Compotes

Compote abricots



Compote d'abricots

Ingrédients pour 3 pots

1 kg d'abricots /50 g de sucre/50 ml d'eau

Préparation

Lavez les abricots et coupez en 2 pour enlever les noyaux.

Déposez les morceaux d'abricots dans la cuve.

Versez 50 ml et 50 g de sucre.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 6 mn

Quand la cuisson est terminée mixez la préparation.

Versez la préparation mixée dans des pots à confiture. Vissez le couvercle et retournez les pots.

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

Compote pommes ananas

Cookeo

Compote pommes ananas

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients

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

Lavez et épluchez vos pommes

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

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

Compote pommes pêches

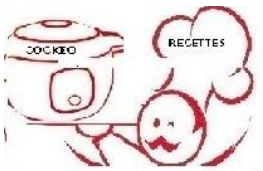
Compote pommes pêches

Ingrédients
600 g de pommes en morceaux
200 g de pêches coupées en morceaux
1 sachet de sucre vanillé
50 ml d'eau

Préparation
Coupez vos fruits en morceaux
Déposez les fruits dans la cuve
Versez le sucre et mélangez.
Versez l'eau .

Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 6 mn
Mixez l'ensemble de la préparation quand la cuisson est terminée.

Compote pommes orange



Compote pommes orange

Ingrédients
1 kg de pommes/1 orange/1 sachet de sucre vanillé/50 ml d'eau

Préparation
Epluchez et coupez les pommes en morceaux.
Epluchez l'orange et prélevez les suprêmes et coupez-les en morceaux. Râpez quelques morceaux de zeste.
Déposez les morceaux de pommes et d'orange dans la cuve.Versez le sucre vanillé et mélangez.
Versez 50 ml d'eau.

Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 6 mn
Quand la cuisson est terminée mixez la préparation.
Versez la préparation dans un saladier ou dans des pots à confiture. Si vous utilisez des pots à confiture, vissez le couvercle et retournez les pots.
Saupoudrez de zest d'orange .
Laissez refroidir à l'air libre.

Compote pommes poires

Cookeo

Compote pommes poires

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 2 personnes

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

Lavez et épluchez les fruits. Coupez les en morceaux

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

Compote de pommes à la canelle

Compote de pommes à la cannelle

proposée par Idées Recettes Cookeo

Ingrédients

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

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

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

Compote pommes ananas

Moulinex cookeo

Compote pomme ananas

Emilie Debuissy

Ingrédients :

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

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

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

Compote pommes banane

Moulinex cookeo

Compote pomme/banane

Emilie Debuissy

Ingrédients :

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

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

Compote pommes abricots

compote pomme/abricot

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

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

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

Compote pommes cerises

Moulinex cookeo

Compote de pomme et cerise

Cécile Ruchon Germon

Ingrédients :

Pour 3 enfants

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

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

Compote pommes framboises

Moulinex cookeo

Compote pomme et framboise

Emilie Debuissy

Ingrédients :

Pour 5 pots environ

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

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

Mettre en mode cuisson normal 5mn et mixer.

et mettre au frais .

Compote pommes groseilles

cookeo

Compote pomme/groseilles

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

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

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

cookeo

Compote pommes nectarine

cookeo

Compote pomme/nectarine

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

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

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

cookeo

Compote pommes pruneaux

Moulinex cookeo

Compote de pommes &Pruneaux

Laëtitia Coutelle

Ingrédients :

pour 4 personnes

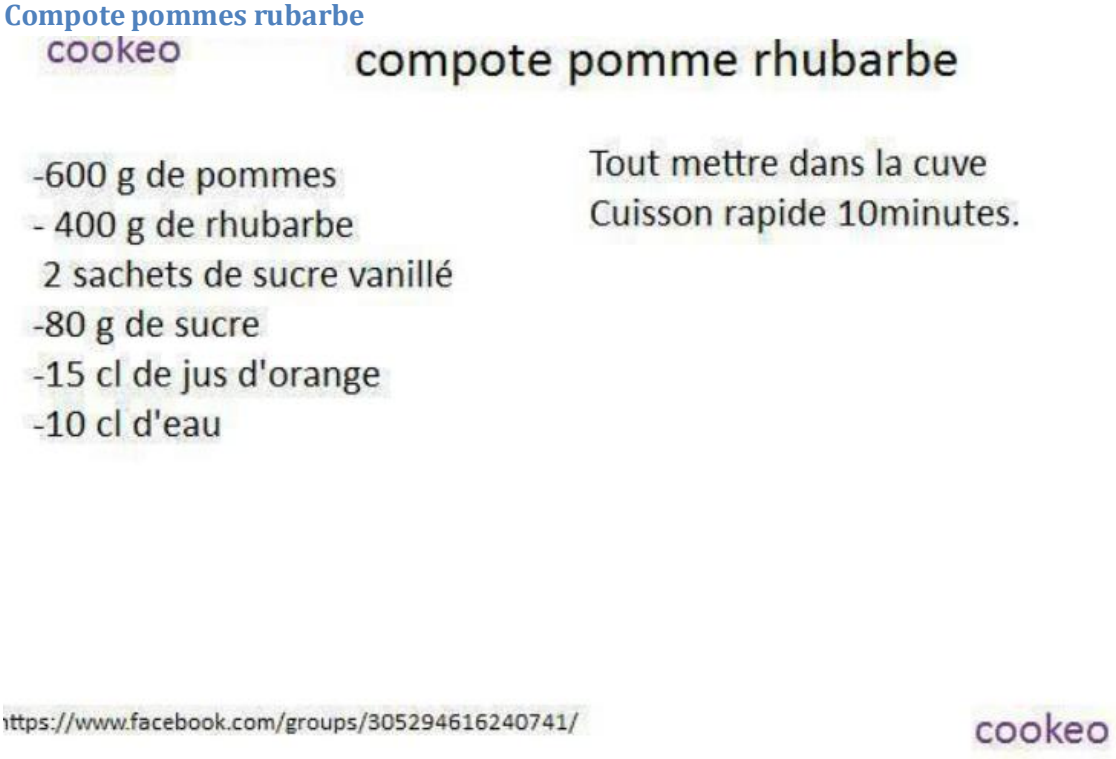
5 grosses pommes,
18 pruneaux dénoyautés,
un sachet de sucre vanillé
et 40 cl d'eau.

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

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

Compote pommes raisins

Compote pommes rubarbe



Compote pommes myrtilles

Compote de pommes et myrtilles

proposée par cuisinesab

Ingrédients

pour 6 personnes :

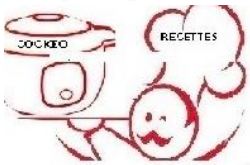
750g de pommes soit environ 7 pommes
200g de myrtilles
50g de sucre
50ml d'eau
1/2 cuillère à soupe d'extrait de vanille

Eplucher et couper les pommes en dés

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

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

Compote pommes spéculoos



Compote pommes spéculoos

Ingrédients pour 4 personnes
700 g de pommes coupées en morceaux
8 spéculoos
50 ml d'eau

Préparation
Coupez les pommes en morceaux. Déposez les morceaux dans la cuve.
Versez l'eau.

Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 6 mn de cuisson rapide
Quand la cuisson est terminée ajoutez les spéculoos que vous avez émiettés. Puis mixez l'ensemble des ingrédients. Versez la préparation dans un saladier ou un grand bol
Laissez refroidir à l'air libre puis placer au frigo.

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

http://recettescookeo.net

Compote pommes poires

Moulinex cookeo

Compote de pomme et poire

Emilie Debuissy

Ingrédients :

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

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

Compote pommes pêches

cookeo

compote pomme/pêche

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

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

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

cookeo

Compote pommes mangues

Moulinex cookeo

Compote pomme/mangue

Emilie Debuissy

Ingrédients :

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

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

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

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

Compote pommes kiwis

Moulinex cookeo

Compote pomme/kiwi

Emilie Debuissy

Ingrédients :

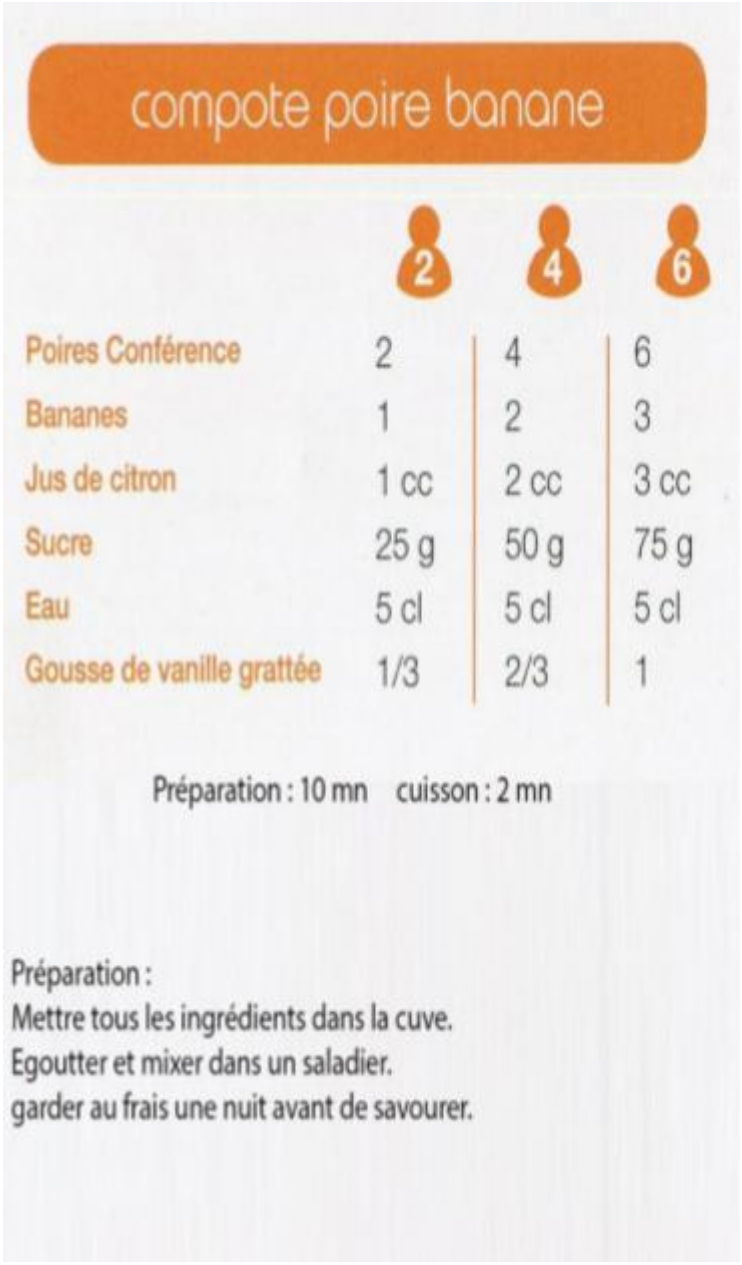
Pour 2 pers

2 pommes jonagold
4 kiwi
Cannelle en poudre

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

Et mixer.

Compote poires banane



compote poire banane

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

Préparation : 10 mn cuisson : 2 mn

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

Compote de pommes bretonne

Compote pommes fraises

Moulinex cookeo

Compote pomme fraise

Emilie Debuissy

Ingrédients :

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

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

Mettre en mode cuisson normal 5mn et mixer!

Coulis aux fruits rouges

cookeo

Coulis aux fruits rouge

Laëtitia Hanvic

Ingrédients :

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

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

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

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

cookeo

CREMES

Crème chocolat ➳➳➳

Cookeo

Crème chocolat

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

120 g de chocolat noir
25 g de sucre
4 jaunes d'œufs
4 cuillères de crème fraîche
200 ml de lait
200 ml d'eau
Film alimentaire .

Faites fondre dans une casserole le chocolat.Ajoutez un fond d'eau dans la casserole.
Pendant la cuisson du chocolat séparez les blancs des jaunes d œuf et placez les dans un saladier.
Quand le chocolat est chaud ,mélangez le chocolat et les jaunes d'oeufs.
Incorporez le sucre et mélangez. Ajouter également la crème fraîche puis ajoutez le lait.
Remplissez les mannequins avec la préparation
Filmez les ramequins puis placez les ramequins dans le panier vapeur .Versez 200 millilitres d'eau dans la cuve puis placez le panier vapeur dans la cuve allumer votre cookeo.
Programmez 10 minutes de cuisson rapide
Ouvrez le cookeo et faites refroidir les pots de crème à l'air libre puis placez les pots de crème au frigo.

Crème légère au chocolat➳➳➳

Cookeo

Crème légère au chocolat

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

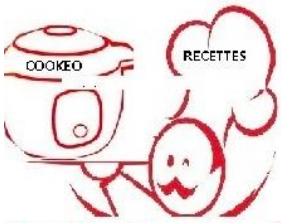
Ingrédients pour 4 personnes

750 ml de lait
2 œufs
30 g de poudre de cacao
100 g de sucre semoule
30 g de fécule de mais

Allumez votre cookeo ; Allez dans « **recette** » puis « **dessert** » puis « **crème légère au chocolat** ».
Sélectionnez 4 personnes. Mélangez vos ingrédients dans la cuve en commençant par la poudre de cacao puis le sucre semoule et la fécule de maïs.
Cassez les œufs et ajoutez-les au reste de la préparation. Versez le lait et mélangez. Faites cuire jusqu' au frémissement de l'ensemble de la préparation puis arrêter la fonction dorer.

Arrêtez votre appareil. Versez la crème au chocolat dans un récipient puis laissez refroidir à l'air libre puis au frigo. Servez froid

Crème dessert minute



Crème dessert minute

Ingrédients pour 4 ramequins

60 g de maïzena
750 ml de lait
100 g de sucre en poudre
2 œufs
1 sachet de sucre vanillé

Préparation
Mode dorer

Versez le lait dans la cuve pour le porter à ébullition.
Pendant ce temps dans un saladier cassez les œufs et battez-les.
Ajoutez la maïzena que vous avez diluée dans un bol avec un peu d'eau tiède.
Ajoutez ensuite le sucre et le sucre vanillé.
Quand le lait est à ébullition versez la préparation du saladier dans la cuve avec le lait.
Faites cuire 2 mn
Versez le contenu de la cuve dans un saladier ou dans des ramequins.
Laissez refroidir à l'air libre puis placer au frigo.

Cookeo Moulinex

Crème à la clémentine

cookeo

Crème à la clémentine

Sab Rina

Ingrédients :

pour 8 portions :

- 8 clémentines
- 500ml de lait entier ou 1/2 écrémé
- 22g de maizena
- 75g de sucre
- 1 oeuf

Mettre en mode recette "creme légère en chocolat",
suivre les instructions et à la place du chocolat, mettre les clémentines épluchées et mixées.
Ne mettre que le jus si vous ne voulez pas la pulpe.
Cuire en melangeant jusqu'à épaississement
Mettre dans les ramequins
Laissez refroidir

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

cookeo

Crème à la fleur d'oranger

Moulinex cookeo

Crème à la fleur d'oranger

Jean-Claude Lyonne

Ingrédients :

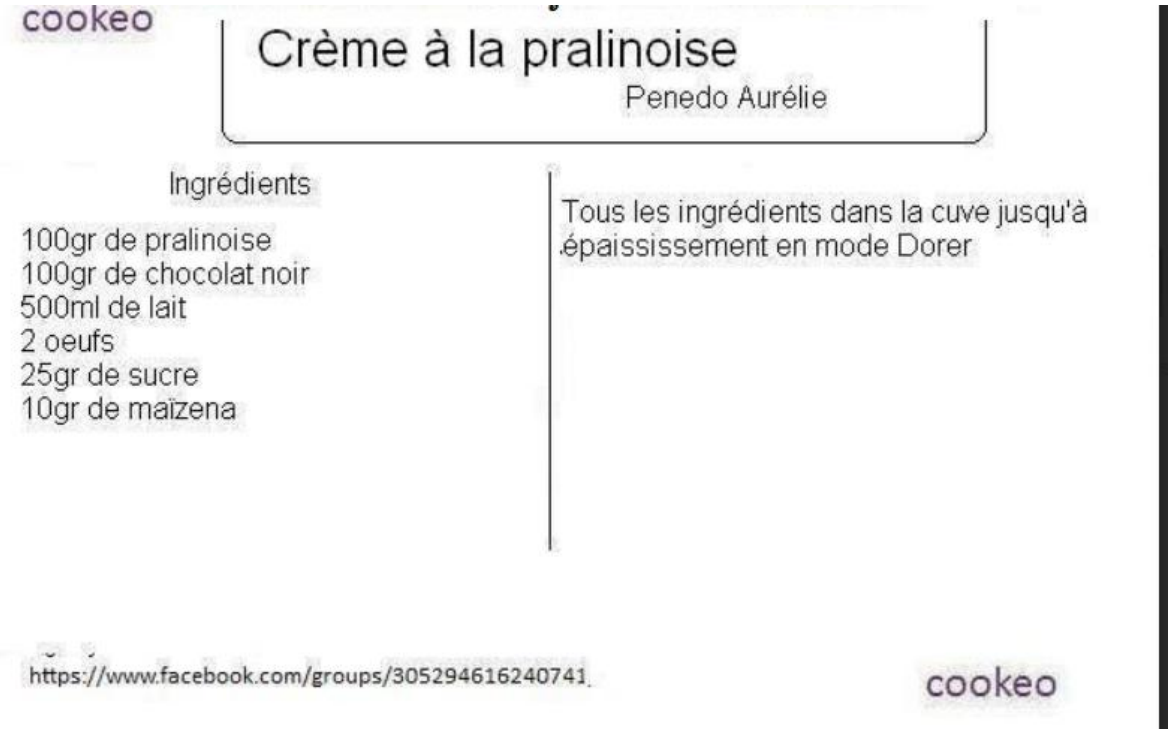
(pour 10 petites vérrines).

100ml de sucre semoule
500ml de lait écrémé
50ml de farine fluide (25g)
1 sachet de sucre vanillé et un bouchon de fleur d'oranger liquide (j'ai une petite bouteille de 10ml, histoire de vous dire à qui correspond ce bouchon !)
3 jaunes d'oeufs

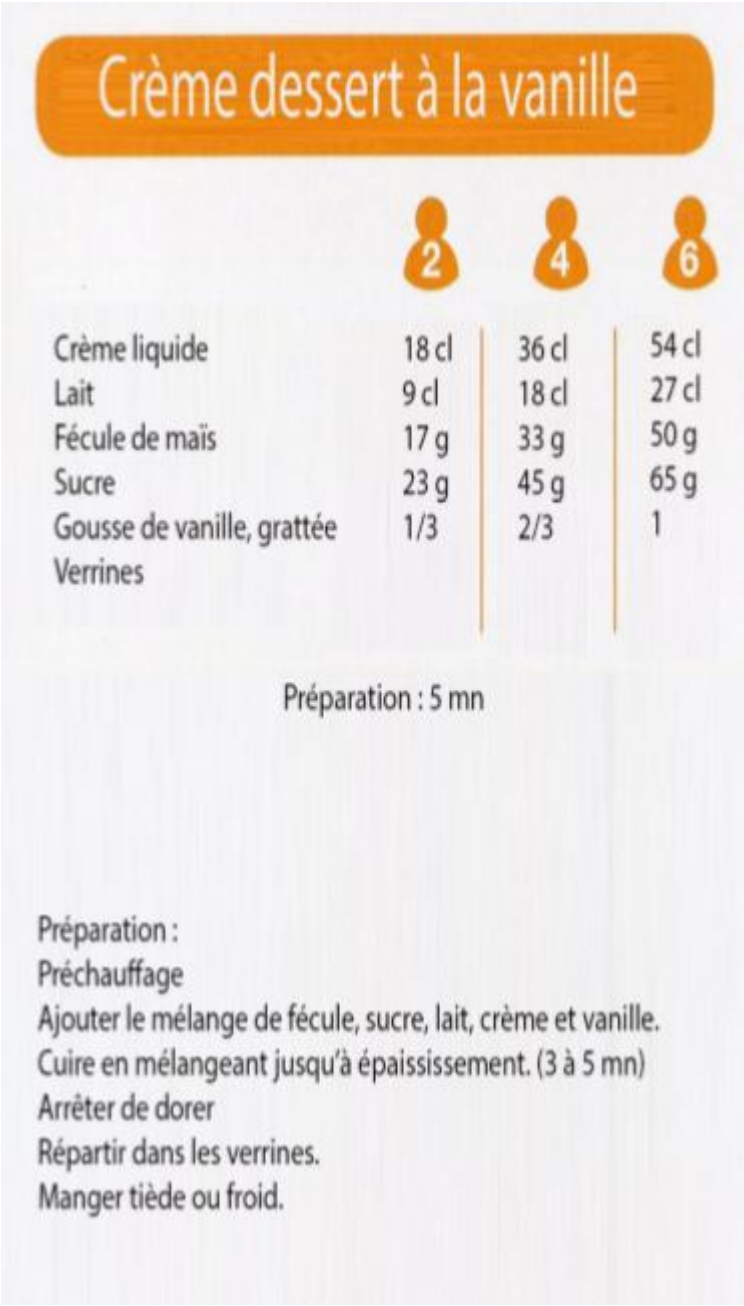
Fonction manuel , cuisson rapide, mélanger tous les ingrédients dans un bol mélangeur, quand le préchauffage est fini, mettre dans le bol coockéo et cuire pendant 4 minutes en mélangeant régulièrement.

Au moment de servir je mets dans chaque petite vérrine un peu de nuttela au fond et voilà c'est super bon

Crème à la pralinoise



Crème dessert vanille



Crème dessert à la vanille

	2	4	6
Crème liquide	18 cl	36 cl	54 cl
Lait	9 cl	18 cl	27 cl
Fécule de maïs	17 g	33 g	50 g
Sucre	23 g	45 g	65 g
Gousse de vanille, grattée	1/3	2/3	1
Verrines			

Préparation : 5 mn

Préparation :
Préchauffage
Ajouter le mélange de fécule, sucre, lait, crème et vanille.
Cuire en mélangeant jusqu'à épaississement. (3 à 5 mn)
Arrêter de dorer
Répartir dans les verrines.
Manger tiède ou froid.

Crème à la rose

Moulinex cookeo

Crème à la rose

Syl Vie

Ingrédients :

pour 8 petites verrines:
1/2 L lait
100 gr sucre
25 gr farine
3 jaunes d'oeufs
1 bouchon d'arôme de rose
qques gouttes de colorant alimentaire rouge.

Tout bien mélanger les ingrédients dans un saladier.

Mettre cookéo en mode dorer , après le préchauffage , tout vider dedans , et remuer sans arrêt pendant 3-4 minutes.

Vider en verrines, laisser refroidir et mettre au frais avant de déguster

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

Crème à la pistache

Moulinex cookeo

Crème à la pistache

Mimi Cuisine

Ingrédients :

Pour 5 petites verrines

200ml de lait demi écrémé
20 cl de crème fraiche épaise 30% matière grasse
2 CAS rase de Maizéna
1 oeuf
8 CAS bombées de sucre
3 CAS bombée de pâte à pistache
3 CAC d'essence de pistache

Préparation:

Mettre dans la cuve tous les ingrédients et bien remuer avec un fouet en silicone.
Mettre le cookeo en mode doré et remuer tout le temps de la cuisson.
Quand la préparation commence à épaisir stopper le cookeo et verser dans les petites verrines.
Laisser refroidir et dégustrer.

Crème à la vanille sans oeuf

Crème à la vanille sans oeuf

proposée par Cécile Ruchon

Ingrédients

40g sucre
30g maïzena
1/2 Litre de lait
2 bouchons d'arôme naturel de vanille ou gousse de vanille

On met les ingrédients petit a petit dans le cookeo en mélangeant puis en route
(j'ai mis le mode de la creme légère au chocolat mais la cuisson est a l'œil)
En mélangeant très souvent car pour moi du coup ça a attrapé .
Si comme moi vous avez des grumeaux suffit de passer au chinois.
Puis on met dans des ramequins a refroidir à température ambiante puis frigo.

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

Crème au beurre salé

cookeo

Crème caramel au beurre salé

Celine Hay

Ingrédients :

- 30g de maizena
- 1/2 l de lait
- Caramel au beurre salé

Dans la cuve mélanger le lait avec la maizena puis mettre en mode dorer jusqu'à épaississement.
Quand la crème est prête, verser dans un saladier puis ajouter le caramel à votre convenance.
Mettre des ramequins puis au frigo quand c'est froid.

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

cookeo

Crème au carambar

Cookeo Moulinex

Crème au carambar

Ingrédients

Pour 7 pots :
- 7 pots
- 1L de lait demi écrémé
- 8 carambars
- 50gr de nesquick
- 50gr de sucre
- 55 gr de maïzena
- 3 feuilles de gélatine

- faire fondre les carambars dans le lait ajouter tous les autres ingrédients en mélangeant sans arrêt
- quand la crème commence à devenir onctueuse arrêtez la cuisson
- rajouter les 3 feuilles de gélatine
- préalablement trempé 10 mn dans de l'eau en mode dorer et commençait des le préchauffage

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

cookeo

Créme au carambar 2

Cookeo Moulinex

Crème au carambar

Ingrédients

-1/2 l de lait
-20g sucre
-30g de maïzena
-7ou8 carambars

Mélanger lait, sucre, maïzena et ajouter les carambars.
Chauffer en mode dorer et laisser epaissir.

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

cookeo

Crème au café

Creme au café

proposée par Francine Devie

Ingrédients

1 litre de lait
60gr de sucre
2oeufs
2 cas de maïzena
20 gr de café soluble

Dans le Cookéo mettre les œufs battre avec un fouet silicone

ajouter le sucre ,le café battre a nouveau , verser le lait tout en continuant de battre

diluer la maïzena dans un peu de lait ,incorporer le tout

mettre sur recette au chocolat 2 personnes .touiller tout le temps , quand c est bien épaissi verser en pot

et mettre au frais .bon app !!!

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

Crème au caramel

Moulinex cookeo

Crème au caramel

Criki Cmoi

Ingrédients :

Pour 4 ramequins

1/2 litre de lait,
20 grammes de sucre,
30 grammes de maïzena,
1/2 flacon de caramel vahiné

Délayer la maïzena dans le lait, ajouter le sucre et le caramel.

Faire épaissir en mode dorer.

Mettre en ramequins et laisser refroidir

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

Crème au citron

Crème au citron

proposée par Francine Devic

Ingrédients

- 2 CITRONS FRAIS
- LAIT
- 100GR DE SUCRE
- 2 OEUFS
- 2 CAS MAÏZENA

PRENDRE LE JUS DES CITRONS ET PRÉLEVER LE ZESTE

PRESEZ LE JUS DE CITRON ET COMPLÉTER LE RESTE AVEC DU LAIT (ARRIVER A UN LITRE DE LIQUIDE EN TOUT)

===> suivre la recette creme au chocolat (pré programmée du Cookéo)

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

Crème au miel

Moulinex cookeo

Crème au miel

Jean-Claude Lyonne

Ingrédients :

(pour 6 petites verrines)
20 CL de lait
20 cl de crème fraîche
30 gr de Maïzena
1 oeuf
60 gr de miel

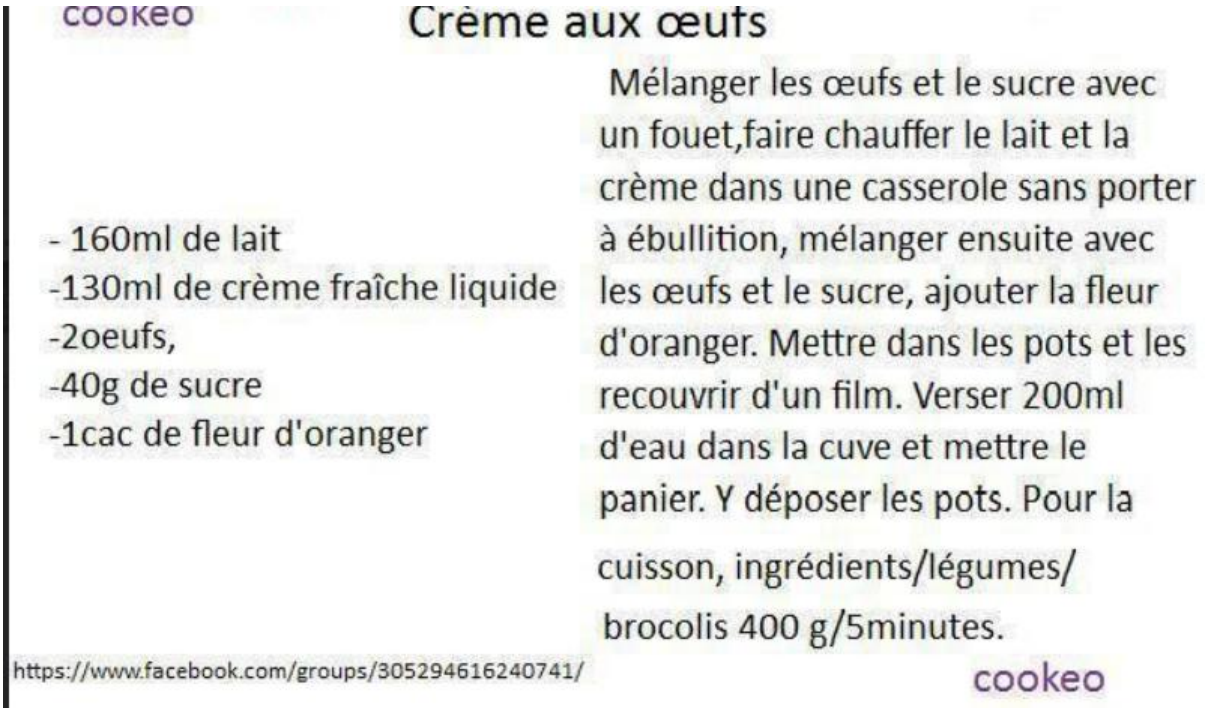
Mélanger le lait froid avec la maïzena, ajouter ensuite la crème et l'oeuf et le miel.

Mettre dans le cookéo et fonction manuel mettre sur "dorer" attention toujours remuer avec fouet plastique ou silicone,

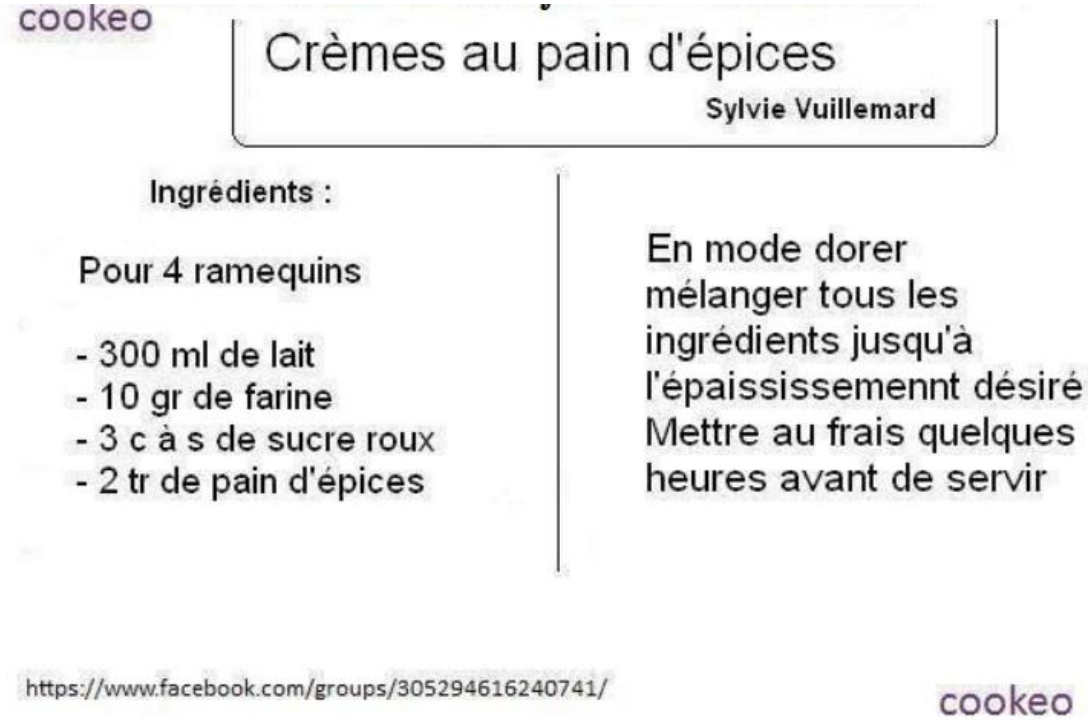
Attention ça va vite, je n'ai pas été au bout du temps concernant le préchauffage, j'ai stoppé avant.

Verser ensuite dans les petites verrines et laisser refroidir.

Crème aux oeufs



Crème au pain d'épices



Crème au spéculoos

Moulinex cookeo

Caroline Matthéo Timéo Caron

Créme aux speculoos

Ingrédients :

pour 4/5 coupes :
- 750 ml de lait
- 2 œufs (battus)
- 100 gr de sucre
- 30 gr de maizena
- 100 + 50 gr de spéculoos réduits en poudre

Dans la cuve, mélanger les 100 gr de sucre aux 30gr de maïzena, puis y mélanger 100 gr de poudre de spéculoos. Ajouter les 750 ml de lait et les 2 œufs battus. Bien mélanger
Lancer le cookéo en mode manuel > dorer (couvercle ouvert), remuer sans cesse jusqu'à ce que le mélange épaississe à la texture voulue.
Mettre rapidement en coupe car le mélange refroidit et s'épaissit très vite.
Ajouter, au dessus du mélange, une couche de la poudre de spéculoos étalée à la petite cuillère.
Réserver au frais.

(si on n'ajoute pas de poudre de spéculoos au dessus, alors en rajouter dans la préparation, ainsi qu'un peu de sucre - si des petits morceaux blancs se forment, enlever la cuve et battre vivement, et mettre en coupe)

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

Crème au spéculos

cookeo

Creme speculos

Pauline Faucheux

Ingrédients :

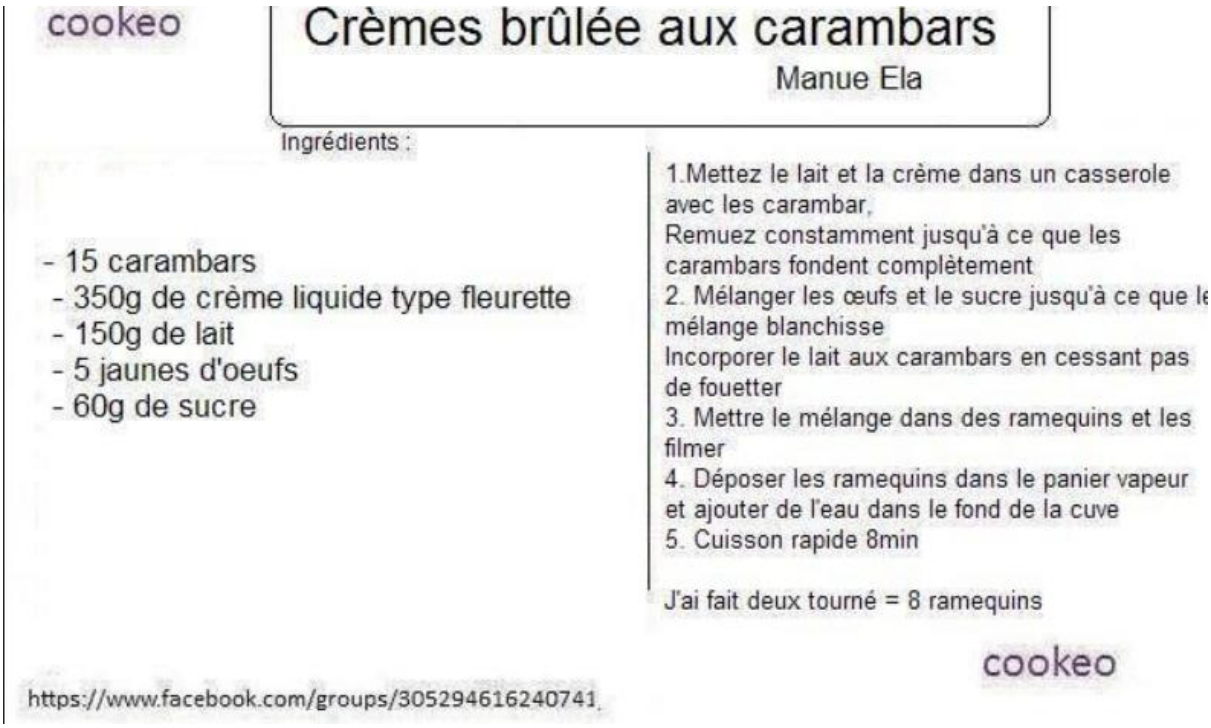
- 500ml de lait
- 1 oeuf
- 60 gr de sucre
- 20 gr de fécule de mais
- 1 cuillère à soupe de pate a tartiner aux speculoos

Tout lettre dans la cuve, à ébullition mettre en ramequin.
On peut aussi mettre du Nutella.

cookeo

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

Crème brûlée au carambar


cookeo

Crèmes brûlée aux carambars

Manue Ela

Ingrédients :

- 15 carambars
- 350g de crème liquide type fleurette
- 150g de lait
- 5 jaunes d'oeufs
- 60g de sucre

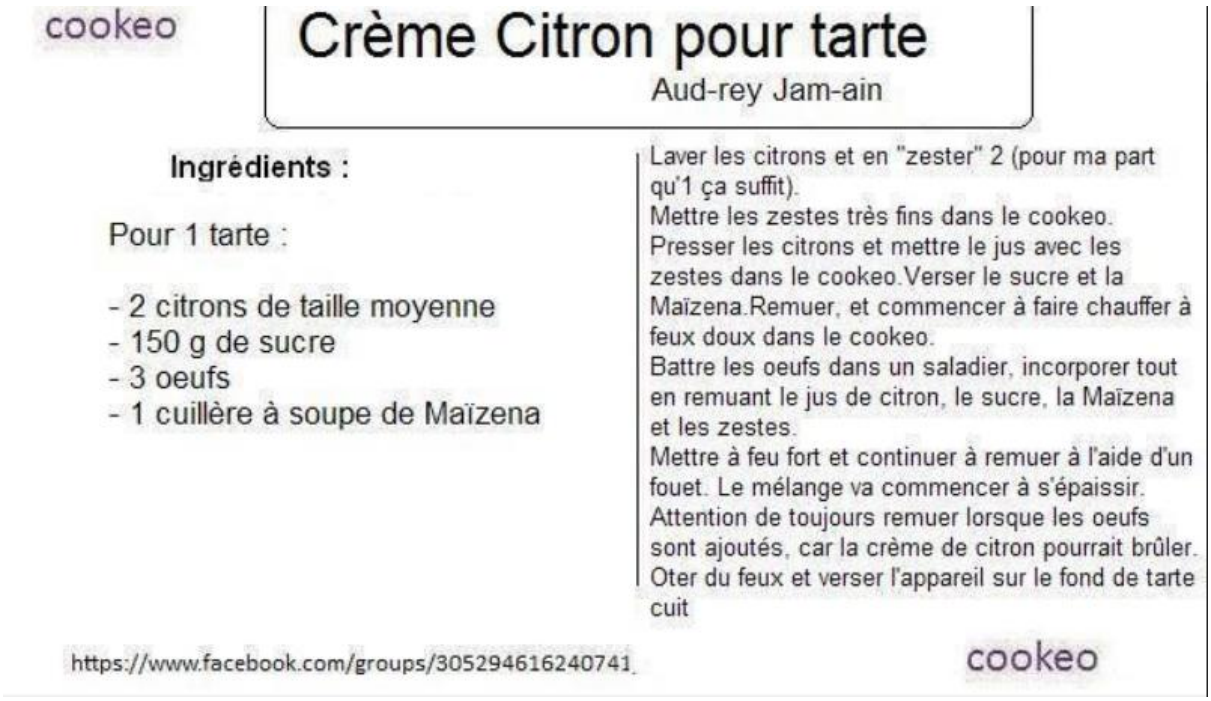
1.Mettez le lait et la crème dans un casserole avec les carambar,
Remuez constamment jusqu'à ce que les carambars fondent complètement
2. Mélanger les œufs et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse
Incorporer le lait aux carambars en cessant pas de fouetter
3. Mettre le mélange dans des ramequins et les filmer
4. Déposer les ramequins dans le panier vapeur et ajouter de l'eau dans le fond de la cuve
5. Cuisson rapide 8min

J'ai fait deux tourné = 8 ramequins

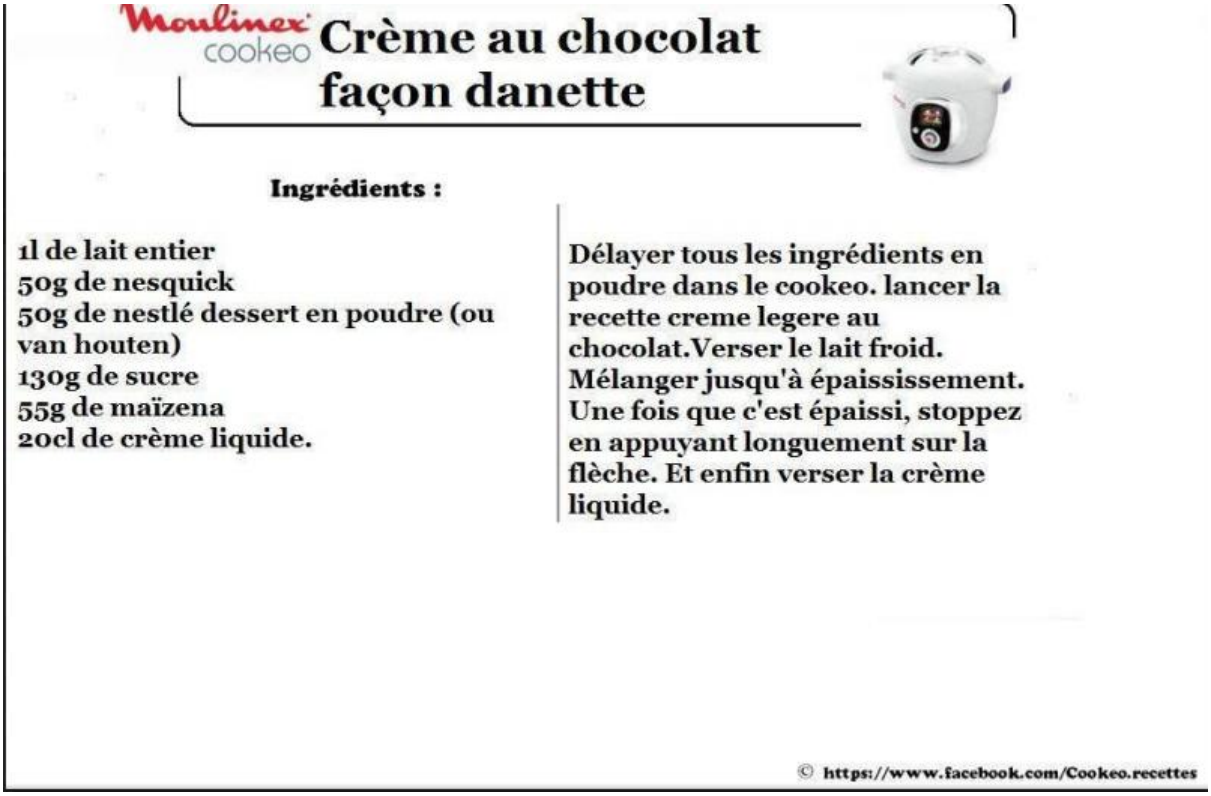
cookeo

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

Crème citron pour tarte



Crème chocolat danette



Crème chocolat grand Marnier

Moulinex cookeo

Crème chocolat
grand marnier

Jean-Claude Lyonne

Ingrédients :
pour 4 mini verrines

160 ml de crème
45 ml de lait
le zeste de ½ orange coupé en petit morceau
20 g de chocolat
1 c. à soupe de poudre de cacao
60 ml de Grand Marnier
2 jaunes d'œufs
2 c. à soupe de sucre.

dans le coockéo mettre fonction "dorer" le préchauffage se met en route, quand tout est bon (la marmite sera bien chaude) mettre le lait : la crème et le zeste d'orange, mélanger et arrêter avant de faire bouillir et mettre la fonction "maintien au chaud" laisser 4 minutes. Pendant ce temps battre le jaune et le sucre dans un récipient à part, faire blanchir le mélange et réserver. Mettre le chocolat dans le cookeo, la cuil à soupe de cacao et le grand marnier, mélanger, faire fondre le chocolat. Ensuiteenlever du mélanger les zestes d'orange. Ajouter ensuite le sucre et l'oeuf. Mélanger. Répartir cette préparation dans 4 mini-verrines filmé et les mettre dans le panier métallique du cookeo. Laver le cookeo, cuisson rapide 17 minutes avec 200 ml d'eau... Laisser refroidir

Je pense qu'il faut doubler les proportions si l'on souhaite faire de ce dessert "le " dessert ! Autrement cela est parfait pour un café gourmand accompagné d'un morceau de gâteau.

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

Crème chocolat ou vanille

Crème au Chocolat ou Vanille *(sans grumeaux)*

proposée par Idées Recettes Cookeo

Ingrédients

Pour environ 8 pots

1 litre de lait
100g de sucre
2 sachets de sucre vanillé
2 œufs
2 cuillères a soupe de maïzena

SI VOUS LES VOULEZ AU CHOCOLAT
FAITES LA MÊME MÉTHODE
LORSQUE VOUS VERSEZ LA PRÉPARATION DANS LE COOKEO AJOUTER DES MORCEAUX DE CHOCOLAT (tablette) pour ma part j'en ai mis 10 carreaux

Mettre dans un saladier les œufs + le sucre + sucre vanillé
Au robot ou mixeur ou fouet électrique battre 2/3mn ajouter petit a petit le lait et continuez a battre
prendre un peu de la préparation dans un verre et ajouter vos deux cuillères de maïzena bien remuer
mettre le tout dans le saladier et fouettez avec votre batteur 2mn
dans le cookeo mode :recette crème au chocolat
verser la préparation (pendant le préchauffage) et fouettez avec un fouet en silicone
faites le non stop jusqu'à que ça épaissit
dés que ça commence a épaissir appuyez longuement sur la flèche du cookeo pour l'arrêter
retirer la cuve immédiatement et verser dans des ramequins aussitôt et 2h au frigo

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

Crème au chocolat yaourt liégois

Moulinex cookeo

Crème chocolat au yaourt liégeois

Jean-Claude Lyonne

Ingrédients :

pour 8 verrines

100gr de chocolat noir en morceau
10 cl de crème
3 yaourts (perso perle de lait Nature)
4 cas de sucre

mode manuel "dorer" pendant le préchauffage faire fondre le chocolat en morceau et mettre la crème fraîche liquide. Attention bien avant la fin du préchauffage arrêter cette fonction et mettre fonction "tenir au chaud", ajouter les yaourt et le sucre, bien remuer.

Dresser dans des verrines ou comme moi dans des verres à porto.

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

Crème au chocolat lait soja

Moulinex cookeo

Crème au chocolat au lait de soja (light)

France Gaultier

Ingrédients :

1 litre de lait de soja,
40 gr chocolat amer,
1 c a c d'agar agar,
1 c a c d'herlesetas

Suivre la recette creme au chocolat programmé, en arretant la cuisson des qu'il y a un gros bouillon, bien fouetter, verser en ramequin et refouetter avant complet refroidissement pour bien repartir l'agar agar, çà donne une creme super lisse.. (recette qui peu rentrer dans sans gluten et sans oeufs)

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

Créme au chocolat blanc

Crème au chocolat blanc

Moulinex

Ingrédients pour 6 personnes

3 feuilles de gélatine de 2 grammes
500 ml de lait
220 ml de crème liquide
180 grammes de chocolat blanc
20 grammes de fécule de maïs

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

Mode dorer

Versez le lait dans la cuve et mélangez avec la fécule de maïs en fouettant
Ajoutez ensuite la gélatine que vous avez faites tremper dans de l'eau froide
Ajoutez le chocolat blanc que vous avez coupé en morceaux et mélangez l'ensemble à l'aide d'un fouet portez à ébullition.
Versez le mélange dans des ramequins ou dans un saladier laissez refroidir à l'air libre puis déposer les ramequins dans le réfrigérateur

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

Crème noix de coco

cookeo

Creme Noix de coco sans oeufs

Celine Hay

Ingrédients :

- 750 ml de lait
- 55g de maizena
- 60g de noix de coco
- 80g de sucre
- 200 ml de creme liquide

Dans la cuve delayer la maizena avec le lait à l'aide d'un fouet silicone.
Ajouter le sucre et la noix de coco.
En mode dorer faire épaissir la crème. Quand la crème est épaisse ajouter la crème liquide et fouetter à nouveau.
Mettre dans des pots ou ramequins.
Laisser refroidir avant de mettre au frigo.

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

cookeo

Crème renversée

Moulinex cookeo

Creme renversée

Tina Francois Mialot

Ingrédients :

1demi litre de lait
3oeufs
100gr de sucre
1gousse de vanille
une pincee de sel

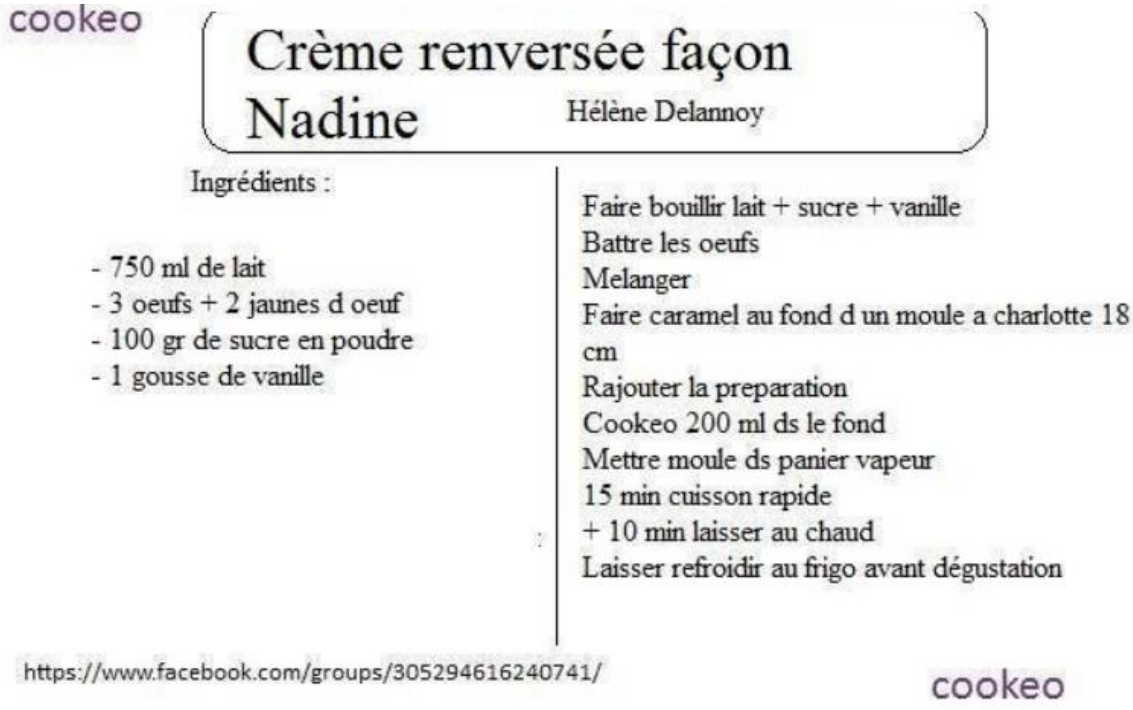
En mode dorer metre
le lait sucre sel vanille faire
bouillir

hors du cookeo ajoutez le lait
bouillis aux oeufs battus au fouet
peu a peu en fouettant sans arret
puis remplir dans des pots a yaourt
en verre

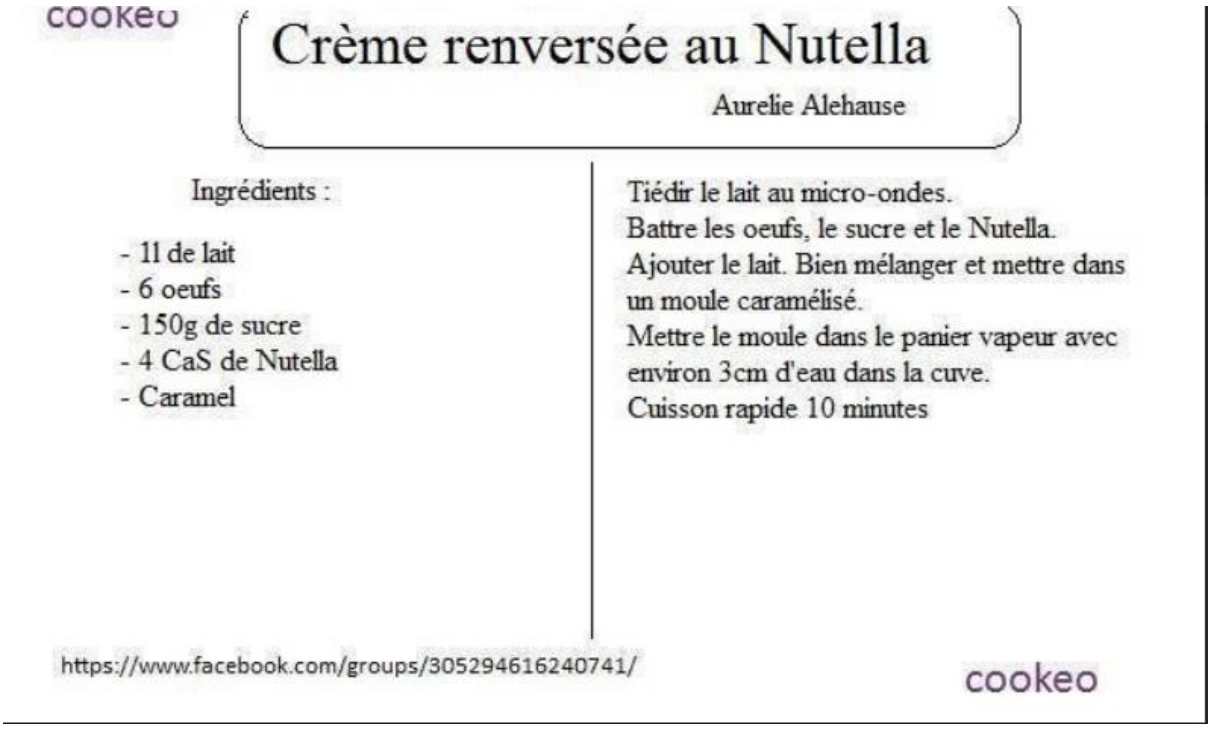
metre dans le panier vapeur puis
200ml d eau puis cuisson rapide 4m
voila atendre 1h pour que ca soit
refroidis

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

Crème renversée version Nadine



Crème renversée au Nutella



Crème légère vanille

Cookeo Moulinex

Crème vanille légère

232 Calories 5 PP 10 SP

Ingrédients pour 4 personnes

70 g de sucre en poudre
2 œufs
30 g de fécule de maïs
2 cuillères à café d'arome naturel de vanille
1 sachet de sucre vanillé
750 ml de lait

Préparation de cette crème vanille

Sélectionnez l'onglet recette puis dessert. Puis crème légère au chocolat. Sélectionnez 4 personnes.Démarrez la recette Cassez les œufs et battez les . Ajoutez le sucre, le sucre vanillé. Incorporez la fécule de maïs. Versez le lait ,les 2 cuillères à café d'arôme de vanille. Faites ok ,l'appareil se met en préchauffage.Laissez cuire entre 3 et 5 mn, le lait doit commencer à frémir .Mélangez de temps en temps . Versez la préparation dans des ramequins ou des pots . Laissez refroidir à l'air libre et déposez les ensuite les pots au frigo.

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

Crème Tahitienne

cookeo

Crème TAHITIENNE

Jessica Bochard

Ingrédients :

- 1 boite de lait concentré sucré (410g)
- Même valeur de lait 1/2 écrémé
- 4 oeufs
- 150g de noix de coco râpé
- 1 boite de rondelles d'ananas
- Caramel

Battre les blancs en neige.
Mélanger les jaunes aux différents laits.
Ajouter la noix de cococ râpée et incorporer les blancs en neige.
Mettre le caramel dans moule en le tapissant d'ananas (sans ajout d'eau)
Verser la préparation dans le moule caramélisé
Verser 200ml d'eau dans le cookeo,
Poser le moule sur le panier vapeur
Cuire 15 min en cuisson rapide et laisser au chaud encore 10min
Laisser refroidir avant de démouler

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

Confiture de prunes rouges

Cookeo

Moulinex

Confiture de prunes rouges

Catherine Felt

Ingrédients :

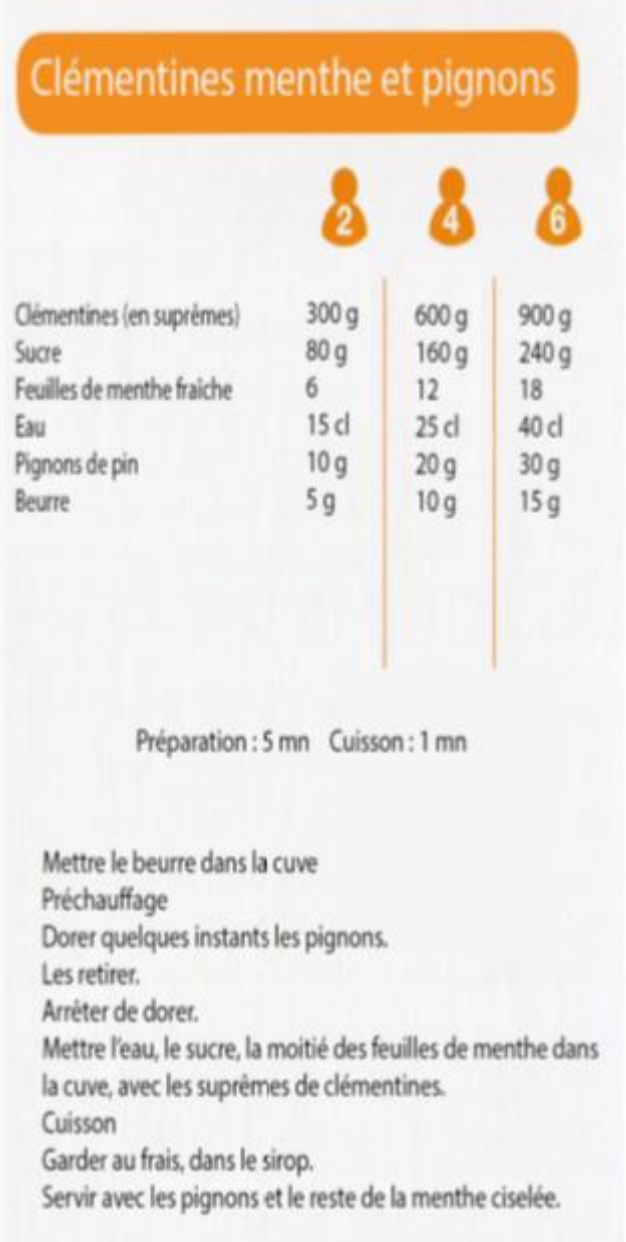
Environ 5-6 pots :
- 2 kg de prunes rouges
- 250g de sucre gélifiant spécial confitures
- 250g de sucre spécial confitures allégées
- Le jus d'1 citron
- 40ml d'eau
- 3-4 pointes de couteau d'agar agar

Dénoyauter les prunes et les couper en 4
Ajouter le sucre dessus et laisser macérer 1 à 2 heures
Après macération, mettre les fruits dans la cuve du cookéo
Ajouter le citron et l'eau et mettre en mode dorer
À la première ébullition, rajouter l'agar agar
Laisser dorer le temps du préchauffage + 1-2 min
Passer ensuite en cuisson rapide 12 min
Une fois la cuisson terminée, laisser refroidir 1 peu puis mettre dans les pots et les retourner jusqu'à ce que les confitures refroidissent

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

cookeo

Clémentines menthe pignons



Clémentines menthe et pignons

	2	4	6
Clémentines (en suprêmes)	300 g	600 g	900 g
Sucre	80 g	160 g	240 g
Feuilles de menthe fraiche	6	12	18
Eau	15 cl	25 cl	40 cl
Pignons de pin	10 g	20 g	30 g
Beurre	5 g	10 g	15 g

Préparation : 5 mn Cuisson : 1 mn

Mettre le beurre dans la cuve
Préchauffage
Dorer quelques instants les pignons.
Les retirer.
Arrêter de dorer.
Mettre l'eau, le sucre, la moitié des feuilles de menthe dans la cuve, avec les suprêmes de clémentines.
Cuisson
Garder au frais, dans le sirop.
Servir avec les pignons et le reste de la menthe ciselée.

Couscous poire miel

Couscous poire et miel

	2	4	6
Semoule fine	50 g	100 g	150 g
Eau	11 cl	22 cl	33 cl
Miel liquide	25 g	50 g	74 g
Poires	1	2	3
Cannelle en poudre			

Préparation : 4 mn Cuisson : 5 mn

Préparation :
Placer les cubes de poire, le miel, leau et la canelle dans la cuve.
Cuisson
Versez le sirop sur la semoule. Laisser reposer 5 mn.
Servir avec les poires.

LETTRE DE

VIANDES

BOEUF

Daube de boeuf

Moulinex cookeo

Daube de boeuf

Karine Vakanas

Ingrédients :

Pour 6 personnes

1kg de boeuf a daube coupe en petit morceaux
1 boite de champignons
3 carottes
2 oignons
250 ml de vin rouge
500 ml de coulis de tomate
1 cube jus de rôti
sel poivre

Cuisson sur le mode boeuf bourguignon

servir avec des pâtes

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

Daube provençale

VOLAILLES/GIBIERS

Dinde à la crème fraîche➳➳➳

Cookeo

Dinde à la crème fraîche

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

4 escalopes de poulet
200 g de champignons de Paris congelés
100 g d'oignons congelés
Huile d'olive
1 cube de bouillon de boeuf
4 cuillères à soupe de crème fraîche
3 cuillères à soupe de farine
Sel
Poivre

mode dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve puis faites revenir les oignons et les champignons quand l'huile est chaude.
Ajoutez les escalopes de dinde coupées en morceaux .
Versez un bouillon composé d'eau et du cube de bouillon de boeuf. Salez et poivrez .
Incorporez la crème fraîche et mélangez. Passez en mode cuisson rapide pour 12 mn .
Quand la cuisson est terminée repassez **en mode dorer** puis ajoutez 3 cuillères à soupe de farine pour faire épaissir la sauce.

Dinde à la moutarde

Dinde à la moutarde

Proposée par cuisinesab

Ingrédients

recette pour 6 personnes :

1 kg de dinde émincée
2 cuillères à soupe de moutarde
1,5 cuillères à soupe de paprika (je n'en avait pas donc j'ai mis du raz el hanout)
300ml de crème fraîche
150 ml de fond de veau
1,5 cuillère à soupe de persil haché

couper la dinde en morceaux

tout mettre dans le cookéo

mélanger bien

fermer le cookéo

il préchauffe puis cuit en tout je dirais 8 minutes maximum

Dinde à l'indienne

cookeo

Dinde à l indienne

Laetitia Lu-Si Esteban

Ingrédients :

Pour 5 personnes :
- 700gr de dinde
- 2 oignons
- Ail
- 2 cuillères à soupe de curry
- 1 cuillère à café de curry
- 1 cuillère à café de gingembre
- 1 pincée de piment en poudre
- 1 pot de crème fraîche 20cl
- 1 briquette de lait de coco
- Maïzena
- Coriandre
- 200ml de bouillon volaille

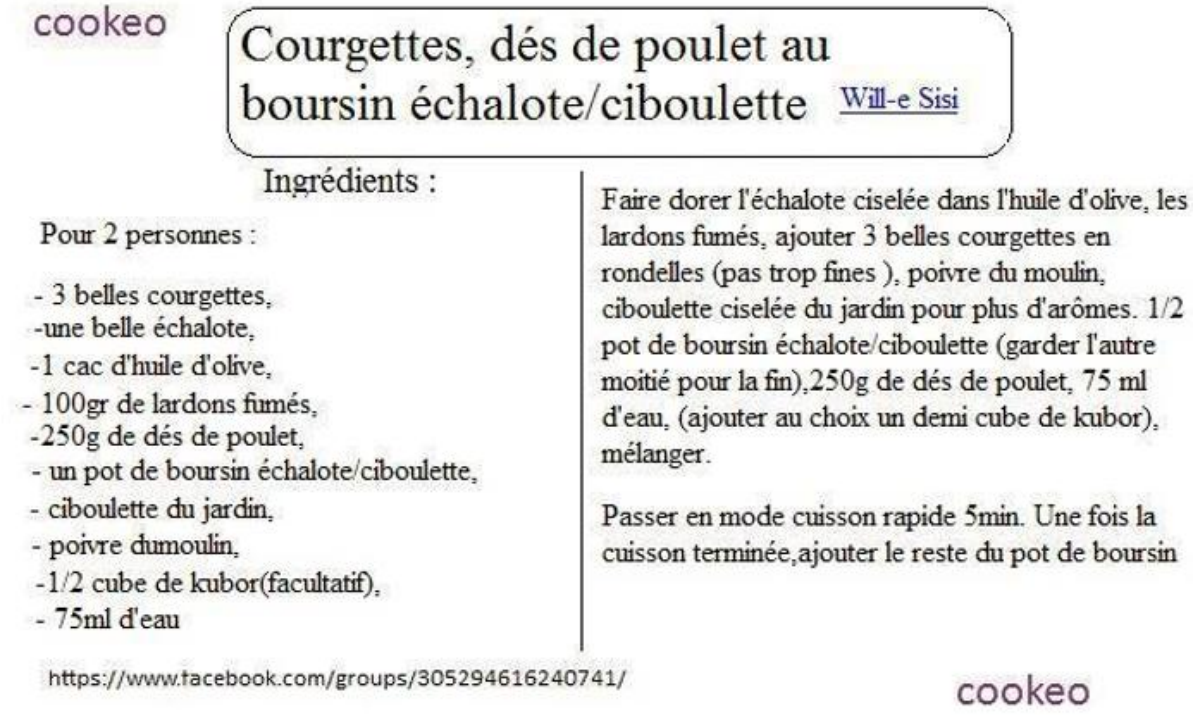
Faire revenir en mode doré la viande dans un peu d huile et beurre avec l oignon et l ail. Quand le tout est bien doré, saupoudrer avec vos épices et la coriandre et faire revenir encore 5 min en mélangeant bien. Saler poivrer. Puis couvrez le tout avec le bouillon et lancer en cuisson rapide 35 min. A la fin de la cuisson en mode doré rajouter la crème fraîche, le lait de Coco et la maïzena si vous souhaiter épaissir un peu votre sauce. Réajuster les épices selon votre goût. Accompagner de riz ou pâtes

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

cookeo

Dinde crème chorizo

Dés de poulet courgettes au Boursin



PORC

Duo de fleurettes aux dés de jambon

Cookeo

Moulinex

Duo fleurettes aux dés de jambon

Ingrédients pour 4 personnes

600 g de duo de fleurettes congelé
200 g de dés de jambon
100 g d'oignons congelés
2 gousses d'ail
1 cube de bouillon de bœuf
Sel
Poivre
Huile d'olive
300 ml d'eau

Mode dorer

Faites revenir les oignons et l'ail découpé en morceaux dans de l'huile d'olive.
Ajoutez les fleurettes, les dés de jambon et le cube de bouillon de boeuf.

Salez et poivrez. Versez l'eau .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn . Servez chaud.

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

BOEUF

Ebly bolognaise

Moulinex cookeo

Ebly bolognaise

Isabelle Rives

Ingrédients :

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...

Endives et petites boulettes

Endives et petites boulettes

proposée par Douceline Vamecq

Ingrédients

Pour 4 pers :

5 à 6 endives ou chicons comme nous disons en Belgique
50 g d'oignons
quelques boulettes pour potages soit maison soit surgelées.
100 ml d'eau
1 càc de margarine

1. Mettre les endives nettoyées et coupées, les oignons et la margarine dans le cookéo, passer en mode "dorer" et faire dorer une à deux minutes.

2. Ajouter l'eau et les boulettes puis passer en mode "cuisson rapide" pour 5 min.

3. Épaissir un peu et servir
Bonne dégustation !!

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

Emincés de boeuf en sauce

Moulinex cookeo

Emincé de boeuf en sauce

Véronique Assouline

Ingrédients :

4 personnes

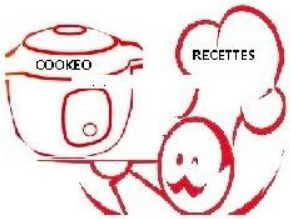
500g de boeuf émincé
4 gros oignons
350 ml de bouillon de boeuf ou fond de veau.
Huile d'olive.

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.

PORC

Endives braisées sauce jambon

160 CAL 4 PP 7 SP



	2	4	6
Endives	2	4	6
Beurre	20 g	30 g	40 g
Sucre	1 cc	2 cc	3 cc
Jambon blanc supérieur	2 tr.	4 tr.	5 tr.
Eau	10 cl	12 cl	15 cl
Sel et poivre			

Préparation : 10 mn Cuisson : 15 mn

Préparation :
Placer le beurre dans la cuve.
Préchauffage
Colorer les endives.
Ajouter le sucre et caraméliser.
Ajouter le jambon. Mélanger.
Ajouter l'eau
Assaisonner.
Cuisson
Servir les endives nappés de la crème mélangée au jus de cuisson

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

Endives au jambon

Ingrédients :

Pour 4 personnes
4 endives
4 tranches de jambon
1/2 oignon
300ml d eau 1 bouillon de volaille
2c a s maizena
4 c a s creme fraiche

En mode dorer faire revenir les endives+ le jambon et l'oignon
ajouter l eau et le bouillon
cuisson rapide 5 min
ajouter la maizena et la creme mettre en maintien au chaud quelques minute pour epaissir

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

Endives à la concoillotte

Endives à la cancoillotte

proposée par Lolo Fri

Ingrédients

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

Endives au Boursin

Endives et champignons au jambon & boursin cuisine

Annie Ponceblanc

170 CAL 4 PP 5 SP

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

Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 4 endives
- 250g de champignons de paris
- 5 tranches de jambon
- 2 grosses c à s de boursin cuisine
- sel, poivre, muscade
- 25 g de Maizena
- 3 c à s de lait
- 1/2 cube de bouillon de volaille
- 25 cl d'eau

Couper les endives en tronçons
Laver et couper les champignons en lamelles, couper le jambon en gors cubes.
Mode dorer : mettre un peu de margarine, ajouter les champignons et les endives.
Remuer, saler, poivrer, soupoudrer de muscade.
Cuisson rapide 5 min.
Pendant ce temps delayer la maizena avec le lait et le boursin cuisine.
Après cuisson ajouter cette préparation et remuer jusqu'à épaississement.

VEAU

Escalopes à la viennoise

Escalope à la viennoise

proposée par Mimi Titi

Ingrédients

- Escalopes de veau
- Moutarde
- Farine
- Œufs
- Chapelure

Badigeonnez vos escalopes de moutarde

Passer les dans la farine, œufs et chapelure.

En mode doré

Un peu d'huile

Mettre votre escalope 2 minutes de chaque côté

C'est prêt !

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

Escalopes de veau à sa façon

cookeo

Escalope de veau à ma façon

Roman Martin Corinne

Ingrédients

2 personnes

2 escalopes de veau
Du persil frais
Du jus de citron
1 oignon
1 ail
Sel
Poivre
Huile d'olive
Chapelure fine
2 œufs

Mixer le persil, le jus de citron, l'oignon, l'ail, le sel, le poivre, les œufs et l'huile d'olive.
Panez les escalopes en passant l'escalope dans la préparation d'oeuf puis dans la chapelure.
Déposez les escalopes dans un mélange beurre-huile d'olive, mode "dorer" pendant 2 à 3 minutes.

Servez avec des pommes de terre à la vapeur!

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

cookeo

Escalopes de veau et dinde à la crème

Escalope de Veau et dinde a la crème

proposée par Blandine Lombard-gras

Recette programmée "blanquette de veau" 2 personnes

Ingrédients

2 escalopes de veau
2 escalopes de dinde
2 echalottes
3/4 de briquette de creme
sel poivre
1 goute de citron

dans le cookeo mettre :
la viande coupée en morceau 2 echalottes 3/4 de briquette de creme sel et poivre et une tite goûte de citron.... g regler sur blanquette de veau et 2 personnes

je pense rajouter du piment d espelette la prochaine fois !

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

Escalopes de veau en papillote

Moulinex cookeo

Escalope de veau en papillote

Anne Catherine Lelong Thibaut

Ingrédients :

Pour 2 personnes:

4 escalopes de veau,
2 tranches de jambon cru,
du comté ,
du paprika,

sel, poivre

Préparation: sur du papier sulfurisé deposer une escalope de veau la recouvrir d'une tranche de jambon et de fromage généreusement.

Assaisonner de paprika. Recouvrir d'une seconde escalope assaisonner de sel et poivre. Bien fermer les papillotes les disposer côte à côte dans le panier vapeur.

Dans la cuve mettre 200 ml d' eau.mettre le panier et faire cuire en cuisson rapide 15 min.

Bon appétit!

ENDIVES CUISINEES

Endives à la concoillotte

Endives à la cancoillotte

proposée par Lolo Fri

Ingrédients

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

Endives au jambon pommes de terre

cookeo

Endives au jambon pommes de terre

cricri lsdp

Ingrédients :

Pour 4 personnes :
- 500 gr pdt cru
- 300 gr endives cru
- 4 tranches de jambon
- 200 ml eau avec 1 bouillon de cube de volaille
- 20 gr de maïzena ou farine
- persil
- 100 ml de crème épaisse 4%
- ail échalote en poudre

Couper les endives, pommes de terre et jambon en morceaux. Mettre tout dans la cuve couvrir de l'eau et le bouillon de cube et programmer 10 min cuisson rapide

Ensuite ajouter la maïzena et la crème mettre en maintien au chaud quelques minutes pour epaissir

100 gr 85 cal

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

cookeo

Endives au jambon

Moulinex cookeo

Endives aux jambon

Karine Lauriane Timéo

Ingrédients :

Pour 4 personnes
4 endives
4 tranches de jambon
1/2 oignon
300ml d eau 1 bouillon de volaille
2c a s maizena
4 c a s creme fraiche

En mode dorer faire revenir les endives+ le jambon et l'oignon
ajouter l eau et le bouillon
cuisson rapide 5 min
ajouter la maizena et la creme mettre en maintien au chaud quelques minute pour epaissir

Endives et champignons

cookeo

Endives et champignons au jambon & boursin cuisine

Annie Ponceblanc

Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 4 endives
- 250g de champignons de paris
- 5 tranches de jambon
- 2 grosses c à s de boursin cuisine
- sel, poivre, muscade
- 25 g de Maizena
- 3 c à s de lait
- 1/2 cube de bouillon de volaille
- 25 cl d'eau

Couper les endives en tronçons
Laver et couper les champignons en lamelles, couper le jambon en gors cubes.
Mode dorer : mettre un peu de margarine, ajouter les champignons et les endives.
Remuer, saler, poivrer, soupoudrer de muscade.
Cuisson rapide 5 min.
Pendant ce temps delayer la maizena avec le lait et le boursin cuisine.
Après cuisson ajouter cette préparation et remuer jusqu'à épaississement.

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

cookeo

Endives et petites boulettes

Endives et petites boulettes

proposée par Doucceline Vamecq

Ingrédients

Pour 4 pers :

5 à 6 endives ou chicons comme nous disons en Belgique
50 g d'oignons
quelques boulettes pour potages soit maison soit surgelées.
100 ml d'eau
1 càc de margarine

1. Mettre les endives nettoyées et coupées, les oignons et la margarine dans le cookéo, passer en mode "dorer" et faire dorer une à deux minutes.

2. Ajouter l'eau et les boulettes puis passer en mode "cuisson rapide" pour 5 min.

3. Épaissir un peu et servir
Bonne dégustation !!

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

Endives et émincés de dinde

cookeo

Endives et son émincé de dinde sauce gorgonzola crème

Enza Brigitte Ludo

Ingrédients :

Pour 2 personnes :

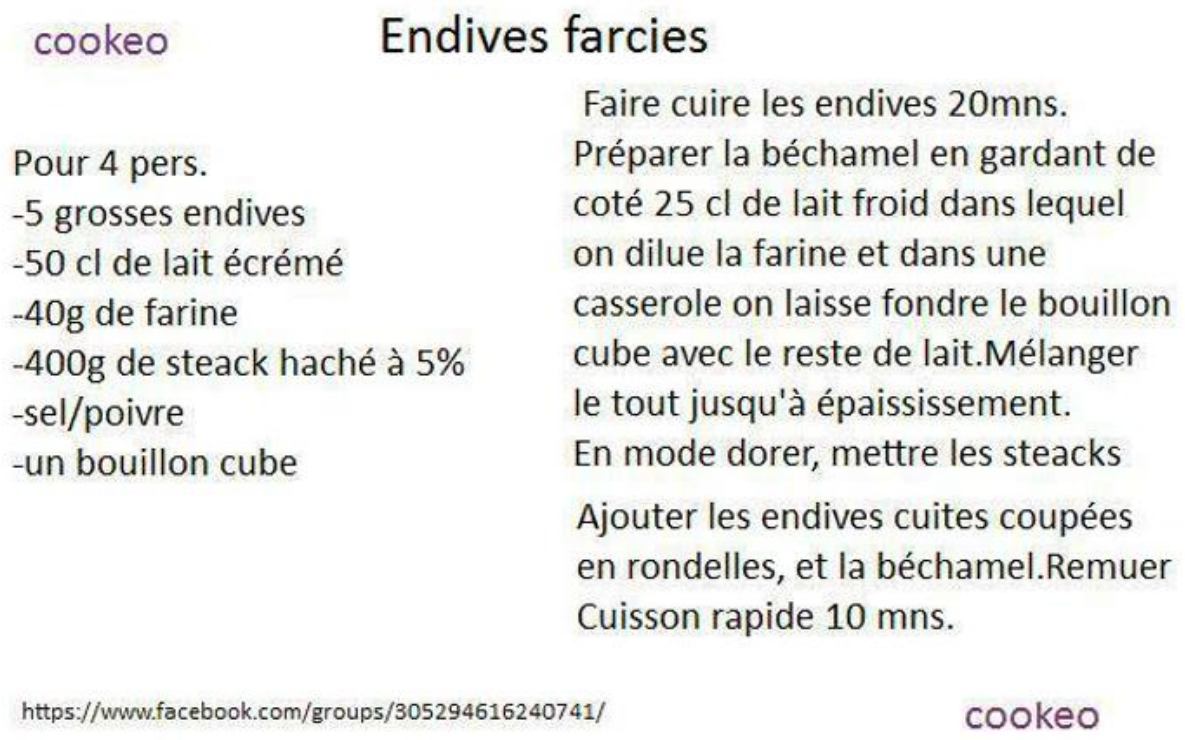
- 6 endives
- 2 escalope de dinde
- sel poivre ail
- un demi verre d eau
- 1 morceaux de gorgonzola
- 1 cuillère de crème

Preparer les endives feuilles par feuille sinon couper en 4 . Emincer les escalopes de dinde.
Faire dorer un oignons avec la viande ensuite mettre les endives sel poivre ail g tout bien tourner mis un demi verre d eau car il y a l eau des endives et mettre 4 mn cuisson rapide
Ajouter le morceau de gorgonzola et la cuillère de crème
Remettre 1 mn cuisson rapide

cookeo

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

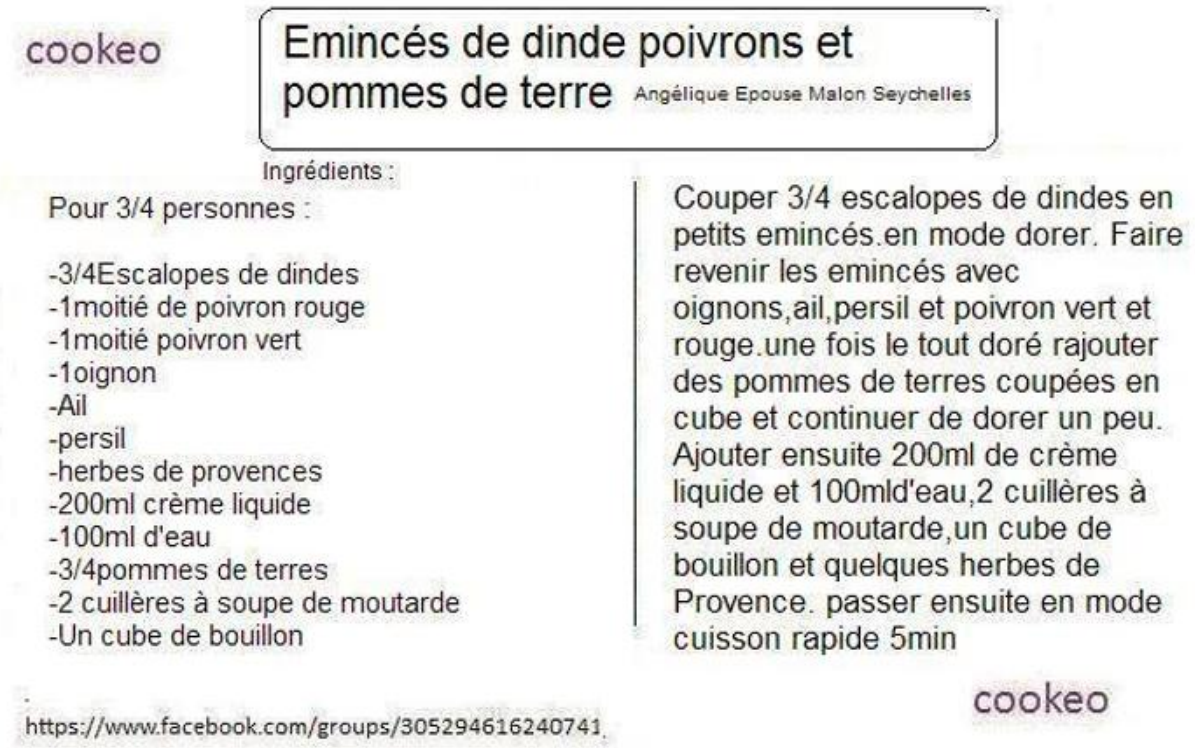
Endives farcies



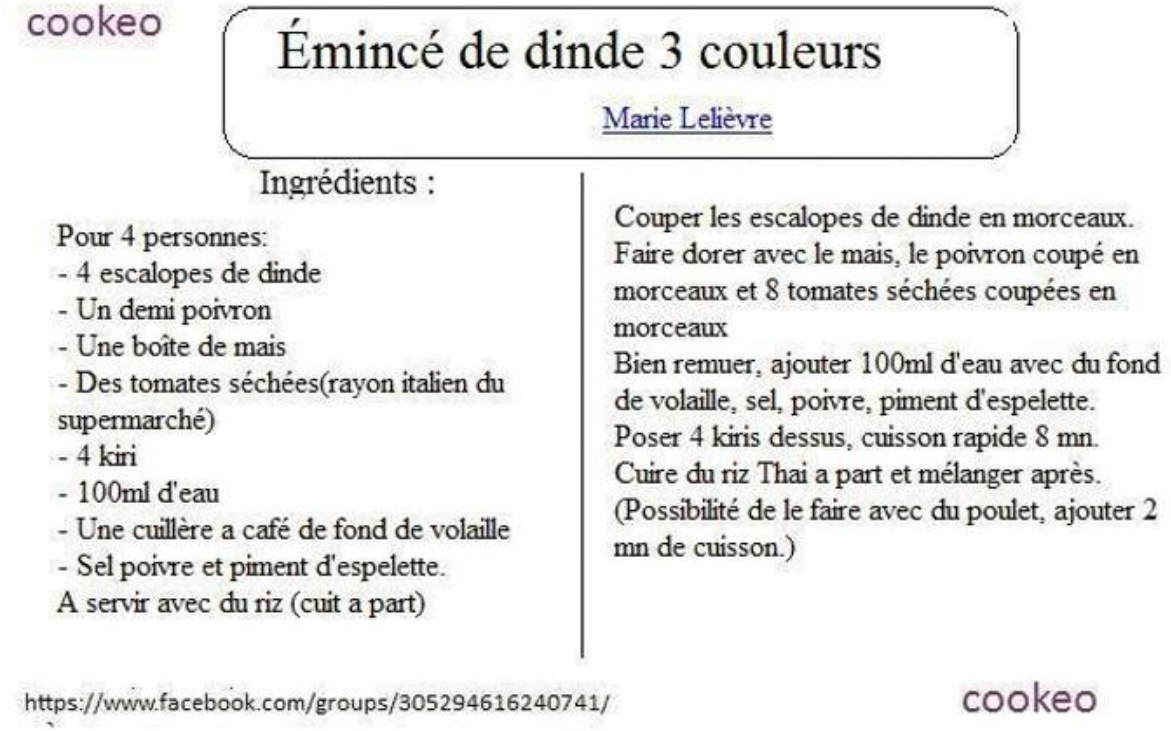
Endives boursin

EMINCES

Emincés de dinde aux poivrons et pommes de terre



Emincés de dinde 3 couleurs



Emincés de dinde au curry

Moulinex cookeo

Emincée de dinde au curry Oignons émincés

Camille Colin

Ingrédients :

800gr de filet dinde coupé en cube

40cl de creme fraiche semi épaisse

Curry(a ajouter selon son gout pr la quantité)

Sel

Faire revenir les oignons en mode dorage faire revenir les morceaux de dinde en mode dorage, jusqu'à ce que les morceaux soit dorer , ajouter la creme fraiche et le curry .

Laisser cuire en mode dorage 3min . Servir avec des pates et du gruyere.

C'est excellent

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

Emincés de dinde aux endives

Moulinex cookeo

Emincé de dinde et endives

Criki Cmoi

Ingrédients :

Pour 2 personnes :
2 escalopes de dinde coupées en morceaux,
2 endives
20 cl de crème semi épaisse,
sel, poivre,
curry

La veille faite cuire 2 endives (en mode ingredients légumes)pour qu'elles soient bien égouttées.

En mode Dorer
Faire dorer la viande, ajouter curry, sel, poivre, crème et les endives dessus. Cuisson rapide 2 minutes.

La sauce est assez liquide mais c'est tellement bon de tremper le pain dedans !!!!

Emincés de dinde tomates et haricots blanc

Moulinex cookeo

Emincés de dinde
à la tomate et haricots plats

Isabelle Rives

Ingrédients :

4 personnes

700g de dinde émincée
300 g haricots plats
420g sauce tomate
150ml fond de veau
oignons / aromates
sel poivre

Tout mettre dans la cuve
sélectionner dinde à la moutarde
pour 4 pers ...

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

Emincés de dinde aux cotes de blette

Moulinex cookeo

Emincé de dinde
au cotes de blette

Cécilia Nitop

Ingrédients :

pour 2 pers,
2 belles escalopes de dinde,
1 carotte,
7/8 cotes de blettes,
ail, oignon,
fond de veau,
crème fraîche,
sel, poivre
et un pincée de curry.

. Faire revenir les escalopes coupées en morceaux et les légumes + ail et oignon jusqu'à ce que la viande colore puis ajouter les autres ingrédients (1cc de fond de veau diluée dans 100ml d'eau) et c'est parti pour 4 min de cuisson rapide.

Au dernier moment j'ai liée ma sauce un peu liquide avec une cc de maizena et c'était parfait.

Emincés de poulet à la moutarde

Moulinex cookeo

Emincés de Poulet à la moutarde

Anne Russo

Ingrédients :

Pour 2 personnes
400g de filets de poulets émincés,
1 marmite de bouillon knor "fond de veau",
100ml d'eau,
100ml de crème fraîche fluide entière "Elle et Vire",
2 cuillère à soupe de moutarde fine ("Maille"),
sel et poivre

en mode manuel/dorer : faire revenir légèrement les filets de poulet émincés. Ensuite verser l'eau et dissoudre la "marmite" de fond de veau. Stopper le mode dorer, ajouter la crème fraîche et les 2 cuillères à soupe de moutarde. Mélanger. Assaisonner. Passer en mode recettes préprogramées / plats et choisir celle de la dinde à la moutarde (pour 2 personnes). Lancer la recette (la cuisson dure 3 minutes). Dring, c'est prêt! Bon appétit!

Emincés de poulet spéculoos

cookeo

émincés de poulet au spéculoos et ses pdt

- 3 échalotes
- beurre
- 4 escalopes de poulet emincées
- 3càs de crème fraiche épaisse+liquide
- eau
- 6 à 8 spéculoos brisés en morceaux
- 2 càc de p$ate de spéculoos
- environ 8 pdt coupées

En mode dorer,mettre le beurre et faire dorer les échalottes et le poulet émincés. Ajouter les pdt en morceaux, la crème fraiche et la crème liquide (environ 20 cl), les spéculoos brisés et la pate de spéculoos . Ajouter un peu d'eau si nécessaire. Saler et poivrer faire cuire mode cuisson rapide 10 mins.

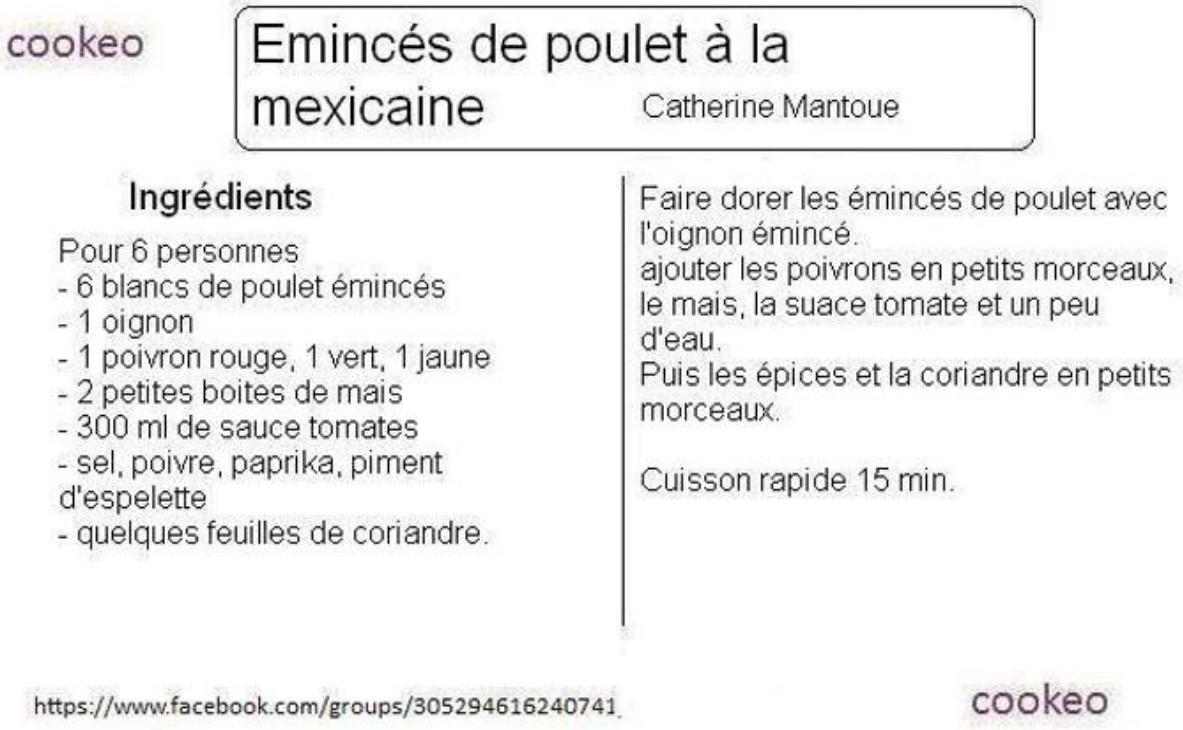
https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

cookeo

Emincés de poulet au safran

Emincés de poulet petis pois

Emincés de poulet à la mexicaine



Emincés de poulet à la tomate ww

Cookeo Moulinex

Emincés de poulet style ww

Ingrédients pour 4 personnes

400 g d'émincés de poulet

1 cube de bouillon de bœuf

1 petit verre de vin blanc

Sel

Poivre

4 cuillères à café de Concentré de tomates

4 tomates coupées en quartier

250g de courgettes rondelles congelées

2 échalotes coupées en morceaux

Huile d'olive

300 ml d'eau

Mode dorer

Versez de l'huile dans la cuve, faites dorer les échalotes puis les émincés de poulet.

Ajoutez les tomates en quartier et les rondelles de courgettes.

Versez le verre de vin blanc. Emiettez le cube de bouillon de bœuf.

Salez et poivrer. Versez 300 ml d'eau . Mélangez 2 cuillères à café de concentré de tomates.

Cuisson rapide ou sous pression 10mn

Ouvrez votre cookeo et ajoutez 2 cuillères à café de concentré de tomates.

Emincés de poulet sauce crème

cookeo

Emincé de poulet sauce crème

Caroline Jungers

Ingrédients :

Pour 4 personnes:
- 600g de poulet,
- 1 boite de champignons,
- 2 échalotes,
- 1 CS d'huile d'olive,
- 300ml d'eau,
- 2 CS de fond de veau,
- 40cl de crème fraiche épaisse,
- 2 CS de maizena.

Détailler le poulet en petits morceaux. Hacher finement les échalotes. En mode dorer, faire revenir les échalotes avec le poulet et l'huile d'olive pendant environ 4 minutes. Ajouter les champignons égouttés. Diluer le fond de veau en poudre dans l'eau. Prélever 3 CS de ce mélange et y diluer la maizena. Verser le tout dans le cookeo, assaissonner et cuire en cuisson rapide 10 minutes. Ajouter la crème épaisse et remettre à cuire en cuisson rapide pendant 2 minutes.

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

cookeo

ESCALOPES

Escalopes à la tomate

Escalopes sauce poivron

Moulinex cookeo

Escalopes sauce poivron et ses coquillettes

Marielle Michel

Ingrédients :

Pour 2 personnes

-3 poivrons (varier les couleurs)
-2 escalopes
(moi j'ai pris poulet mais convient aussi pour la dinde)
-1/2 KubOr
-coquillettes 5 légumes (les 5min de Panzani)
-1 filet d'huile
-sel et poivre

Mettre 2 poivrons à cuire en mode vapeur, ingrédients, légumes, poivrons. Le Cookeo préconise 4 minutes avec 20cl d'eau (si vous l'aimez moins ferme, le mettre 1 peu plus)
Sortir, étêter et épépiner les 2 poivrons.
Emincer les escalopes en lamelles.
Faire dorer les morceaux d'escalopes avec 1 filet d'huile pendant le préchauffage.
Pendant ce temps, émincer finement le 3ème poivron cru.
Ajouter le poivron émincé aux morceaux d'escalopes 1 fois le préchauffage fini et dorer l'ensemble 2 minutes.
Ajouter 25cl de crème, le sel et le poivre.
Cuire 4 minutes en mode cuisson rapide.
Accompagner avec des pâtes 5 légumes (celles 5 minutes de Panzani), cuites au Cookeo pendant 3 minutes avec 1/2 KubOr

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

Escalopes de dinde crème champignons

cookeo

Escalopes de dinde/crème/blé/champignons

- 6 escalopes de dinde
- 20cl de crème liquide
- 30cl de bouillon de volailles
- 2 petites boites de champignons entiers
-2 verres de blé
-1oignon
-Estragon
-Sel poivre

Couper la dinde en morceaux, faire dorer avec l'oignon et l'estragon, sel poivre.Ajouter le blépuis mettre la crème, le bouillon et les champignons. Cuisson rapide 5 mins.

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

cookeo

Escalopes de dinde aux haricots verts

Moulinex cookeo

Escalopes de dinde aux haricots verts

Elodie Manuel

Ingrédients :

Pour 4 personnes.
6 escalopes de dinde (700g environ)
1kg d'haricots verts,
2 oignons,
5 champignons,
200 ml de fond de volaille,
sel, poivre.

En mode dorer, faire revenir les oignons et la dinde avec un filet d'huile d'olive. J'ai rajouté du sel aux épices pour donner du gout
Couper les chamignons en lamelles.
Puis, mettre les haricots verts, les champignons, sel, poivre et le fond de volaille dans la cuve.
En mode cuisson rapide, faire cuire 5min!!
On peut aussi rajouter des lardons fumés pour + de gout!

Escalopes de dinde veau à la crème

Escalope de Veau et dinde a la crème

proposée par Blandine Lombard-gras

Recette programmée "blanquette de veau" 2 personnes

Ingrédients

2 escalopes de veau
2 escalopes de dinde
2 echalottes
3/4 de briquette de creme
sel poivre
1 goute de citron

dans le cookeo mettre :
la viande coupée en morceau 2 echalottes 3/4 de briquette de creme sel et poivre et une tite goûte de citron.... g regler sur blanquette de veau et 2 personnes

je pense rajouter du piment d espelette la prochaine fois !

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

Escalopes à la tomate

Cookeo

Escalopes à la tomate

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

400 g d'escalopes de poulet
100 g d'oignon
400 g de champignons de Paris
1 cuillère à soupe de ciboulette
1 pincée de piment fort
Sel
Poivre
500 ml d'eau
1 bouillon de cube de bœuf
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
2 Cuillères à soupe de concentré de tomates

Préparation

1. Mettez en marche votre Cookeo. Positionnez vous sur la position « manuel » .Celui-ci vous demande le mode de cuisson. Sélectionnez « dorer » puis faites ok .L'appareil se met en préchauffage .Ajoutez dans la cuve les 2 cuillères à soupe d'huile d'olive. Quand il est chaud, il vous demande « ajouter les ingrédients ».Vous ajoutez alors les oignons et laissez les dorer 5 mn puis faire OK.

2. Cookeo vous demande si vous souhaitez arrêter la fonction « dorer ». Vous ajoutez alors les champignons, les escalopes le sel, le poivre, la pincée de piment. Puis faites OK pour arrêter de dorer. L'appareil vous propose « cuisson rapide » vous faites alors OK .Et vous ajoutez le bouillon que vous avez préparez avec l'eau et le cube de bœuf .Faites OK

4. Fermez le couvercle puis choisissez départ immédiat et faites OK pour valider. Laissez cuire.

5. Eteignez l'appareil puis ouvrez le couvercle. Ajoutez dans la cuve les 2 cuillères à soupe de concentré de tomates. Mélangez et servez chaud.

Escalopes de poulet basquaise➽➽➽

Cookeo

Escalopes de poulet basquaise

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

2 escalopes de poulet
1 petit poivron jaune
1 petit poivron vert
1 petit poivron rouge
250 g de champignons de Paris frais
3 tomates
2 cuillères à café de concentré de tomates
1 petit verre de vin blanc
Huile d'olive

.Epluchez et lavez les champignons de Paris et coupez en lamelles.
Fonction dorer faites dorer les oignons avec l'huile d'olive et ajoutez ensuite les autres ingrédients : les morceaux de poulet, les poivrons, les tomates et les champignons de Paris.
Versez un bouillon que vous avez préparez avec 500 ml d'eau et un cube de bouillon de bœuf. Versez également le petit verre de vin blanc.
Passez en mode cuisson rapide avec départ immédiat pour le Cookeo. Choisissez 15 mn pour le cookeo .
Pour la cuisson dans la poêle ou un faitout faites cuire 35 à 40 mn à feu doux. Salez et poivrez selon votre convenance.
Fermez le cookeo et c'est parti pour la cuisson.

Escalopes poulet moutarde

Cookeo

Moulinex

Escalope poulet moutarde

Ingrédients pour 4 personnes

400 g d'escalope de poulet
300 g de champignons de Paris congelés
100 g d'oignons congelés
1 Cube de bouillon de bœuf
2 cuillères à soupe de moutarde
Curry
1 petit verre de rosé ou de blanc
1 brique de crème fraîche liquide
200 ml d'eau
2 cuillères à soupe de fécule de maïs
Huile d'olive

Préparation
Mode dorer
Faites revenir les oignons et les morceaux de poulet avec de l'huile d'olive dans la cuve.
Ajoutez ensuite les champignons de Paris Saupoudrez de curry . Versez 200 ml d'eau avec le cube de bouillon de bœuf .
Salez et poivrez .
Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 8 mn
Quand la cuisson est terminée versez la crème fraîche et la moutarde et repassez en mode dorer pour faire épaissir la sauce
Mode dorer
Ajoutez 2 cuillères à soupe de fécule de maïs mélangez à l'aide d'un fouet . Quand la sauce a épaissi servez chaud avec un légume de votre choix

Escalopes de poulet aux petits pois

Escalope de poulet au petits pois

proposée par Marine Tachet

Ingrédients

Pour 3 .
2 cuillères a soupe d huile d olive
1 gros oignon (coupé)
3 escalopes de poulet coupées en émincés
Une boîte petits pois /carottes
Crème fraîche
(supplément facultatif des petits lardons)

En mode manuel dorer :
Je met l' huile , l oignon
Mon poulet , je fais dorer
Je verse ma boîte petits pois carottes .
Et hop cuisson 3 min
Je maintiens au chaud le temps de rajouter ma crème fraîche !
Sel poivre .
C'est pret !

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

Escalopes de poulet aux légumes

Moulinex cookeo

Escalope de poulet aux legumes

Karine Lauriane Timéo

Ingrédients :

Pour 4 personnes

4 escalopes coupées en dés
lardons
1 chorizzo
3 poivrons (jaune rouge et vert)
3 courgettes
1 oignon
un peu de creme fraiche
1 echalotte
1/2 verre d eau

En mode dorer faire revenir oignon echalotte lardon et poulet .

ajouter les courgettes cuisson rapide 2 min.ajouter les poivrons le chorizzo + 1/2 verre d eau + .cuisson rapide 4 min

ajouté votre creme fraiche c'est pret !

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

Escalopes à la Viennoise

Escalope à la viennoise

proposée par Mimi Titi

Ingrédients

- Escalopes de veau
- Moutarde
- Farine
- Œufs
- Chapelure

Badigeonnez vos escalopes de moutarde

Passer les dans la farine, œufs et chapelure.

En mode doré

Un peu d'huile

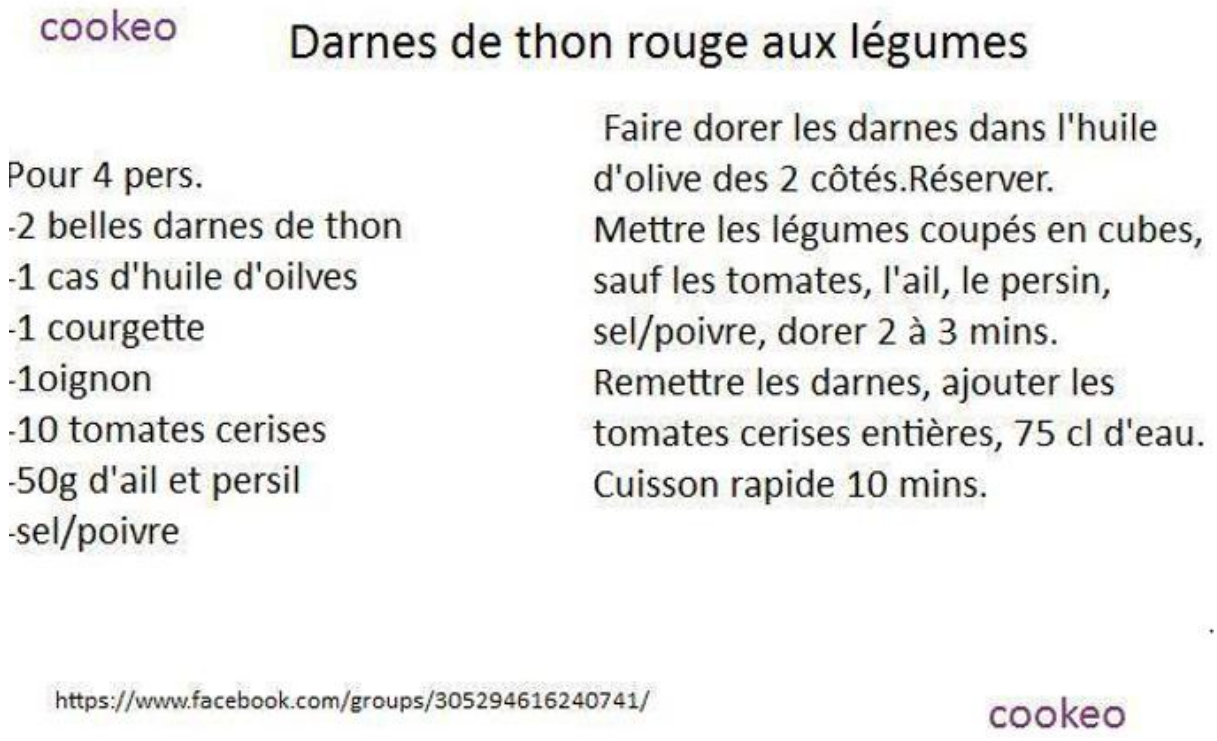
Mettre votre escalope 2 minutes de chaque côté

C'est prêt !

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

POISSONS

Darnes de thon aux légumes



Dorades aux légumes

Moulinex cookeo

Dorades sur lit de légumes

Criki Cmoi

Ingrédients :

Pour 2 personnes
2 petites dorades,
plein de légumes (courgette, endive, champignons, carottes, céléri, etc...),
thym, laurier,
sel, poivre,
rondelles ou jus de citron,
10 cl de vin blanc.

Hâcher tous les légumes.
En mode dorer, les faire cuire 5 mns (commencer pendant le préchauffage) avec un peu d'huile d'olives + thym, laurier, sel et poivre. Saler et poivrer les dorades intérieur et extérieur, les poser sur les légumes. Ajouter un filet de citron ou les rondelles, 10 cl de vin blanc. Mettre en cuisson rapide 8 mns.

Dos de cabillaud à l'italienne

cookeo

Dos de cabillaud à l'italienne

Catherine Christophe

Ingrédients :

Pour 4-5 personnes

- 1 échalotte
- 800g de dos de cabillaud (congelés)
- 4 tomates coupées en gors dés
- 1 aubergine en morceaux
- 1/2 pot de boursin cuisine tomates-herbes italiennes

Déposer le poisson et le boursin sur le lit de legumes.
10 minutes en cuisson rapide

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

cookeo

Dos de cabillaud du jardin

cookeo

Dos de cabillaud du jardin

Woody Multifacette

Ingrédients :

Pour 4 personnes :
- 1 kg de cabillaud
- 4 pommes de terre coupées en dés
- 2 carottes en rondelles
- quelques tomates cerises coupées en 2
- 1 oignon émincé
- un bol de petits morceux brocolis/choux fleurs (surgelés)
- 1 c à c de cannelle, safran, cumin, piment d'espelette, paprika, sel, poivre
- verres d'eau
- 1 c à s d'huile d'olive

Faire revenir en mode DORER l'oignon avec l'huile quelques minutes.
Mettez les pommes de terre, carottes, tomates cerises, les brocolis, choux-fleurs, l'eau et les épices.
Remuez le tout et poser le cabillaud dessus.
Mettre 8-10 min en mode cuisson rapide

Dos de cabillaud provencale

Moulinex cookeo

Dos de cabillaud
et légumes à la provençale

Catherine Millet

Ingrédients :

2-3 pers :
3 filets de cabillaud
une cuil d'huile d'olive,
de l'ail,
romarin, thym
des épices pour légumes du soleil,
du poivre
3 courgettes
3 tomates
un oignon
riz thai
200 ml d'eau

En mode dorer faire revenir vos legumes et oignon
ajouter les épices melanger

ajouter du riz thai 200 ml d'eau et déposer vos filets de poissons (frais ou congelés) sur le dessus - mode cuisson rapide 5m

Dos de cabillaud à la provencale

cookeo

Dos de cabillaud à l'italienne

Catherine Christophe

Ingrédients :

Pour 4-5 personnes

- 1 échalotte
- 800g de dos de cabillaud (congelés)
- 4 tomates coupées en gors dés
- 1 aubergine en morceaux
- 1/2 pot de boursin cuisine tomates-herbes italiennes

Déposer le poisson et le boursin sur le lit de legumes.
10 minutes en cuisson rapide

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

cookeo

Dos de cabillaud au champagne

Moulinex cookeo

Dos de cabillaud au champagne

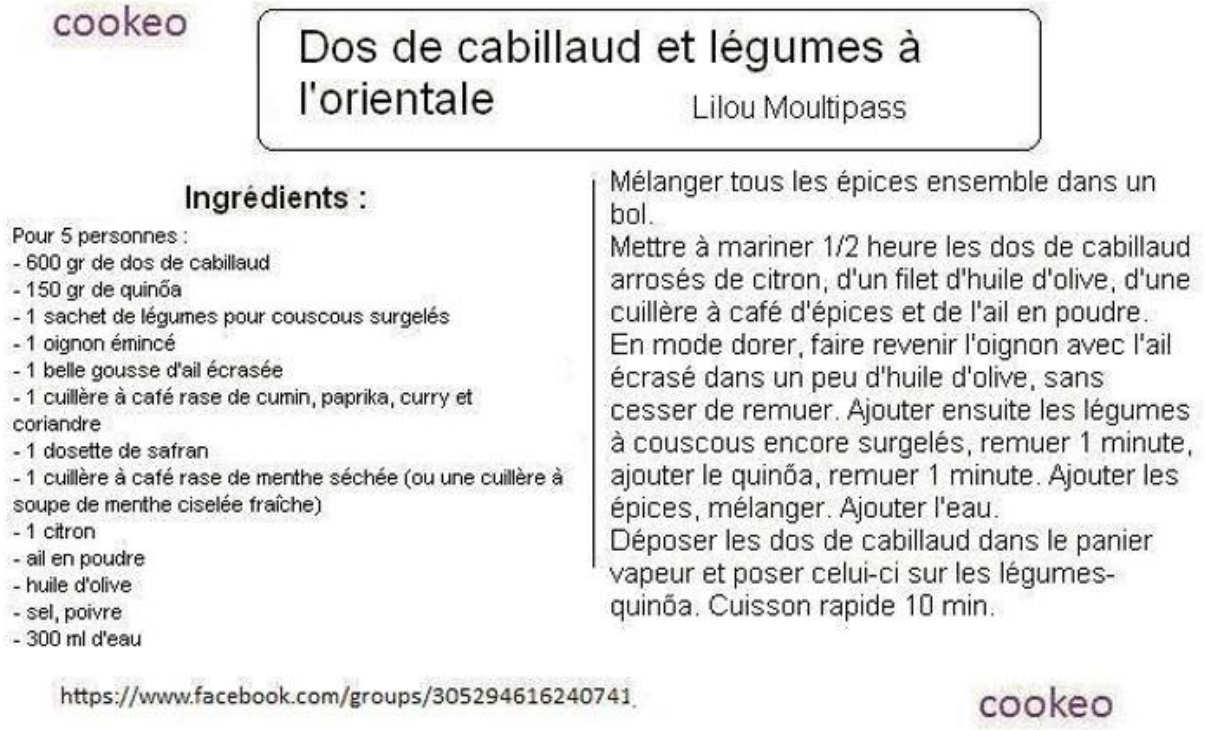
Fanny Cuvilliez

Ingrédients :

Pour 2 personnes
250g de dos de cabillaud
250ml de champagne
Sel, poivre
1 échalote
150g de riz
1cs de farine
1cs d'huile
20cl crème liquide

Fariner les dos de cabillaud et les faire dorer 5mn dans l'huile avec l'échalote. Saler, poivrer.
Déglacer au champagne et ajouter le riz et la crème.
Passer en cuisson rapide 10mn.

Dos de cabillaud à l'orientale



Duo de poissons au trio de choux

Encornets à la tomate et aux poivrons➳➳➳

Cookeo

Encornets à la tomate et aux poivrons

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 2 personnes

400g d'encornets congelés
300 g de poivrons congelés
250 ml de vin blanc
4 cuillères à café de concentré de tomates
Sel
Poivre
4 cuillères à soupe d'huile d'olive
Ail en morceaux congelés

Placez votre appareil cookeo en **version manuel**. Puis versez tous les ingrédients dans la cuve : les encornets, les poivrons, le vin blanc, 200 ml d'eau. Saupoudrez d'ail congelé .Mélangez et versez 2 cuillères à café de concentré de tomates. Mélangez à nouveau.

Pour le sel et le poivre faites selon votre convenance. Sélectionnez la **fonction cuisson rapide** (5mn) puis choisissez soit fonction immédiate soit différée. Fermez le couvercle du cookeo et c'est parti pour la cuisson.

Encornets et pommes de terre

Moulinex cookeo

Encornés & pommes de terre

Myriam Corbet

Ingrédients :

4 personnes

500 gr d'encornets
1kg de pommes de terre coupées en petits cubes
1 oignons
2 gousses d'ail
1 petite boite 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 Cookéo 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.

Encornets sauce tomate

Moulinex cookeo

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 morceux puis mettre la sauce tomate, le vin, le safran, le bouqet garni, sel, poivre.
Choisir le mode manuel, cuisson rapide et faire cuire 35 minutes.
Servir avec du riz.

Encornets tomate

cookeo

Encornets/tomate/curry/riz

Pour 4 pers.
-730g d'encornets
-1 oignon
-Huile d'olive
-Sel /poivre
-400 ml de coulis tomate
-Curry/herbes de provence
-300g de riz cuisson rapide 10 mins

Faire dorer tous les ingrédients sauf le riz, puis mettre en cuisson rapide 15 mins.
Ensuite, mettre le riz, 200 ml d'eai, cuisson rapide 5/6 mins.

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

cookeo

Epinards crème fraîche poisson

cookeo

Epinard à la crème avec filet de poissons

Pascale Godin Basecq

Ingrédients :

- 1 sachet d'épinard surgelé
-des filets de poissons (cabillaud,merlan,ou autre selon votre choix),
-1 brique de crème liquide

Mettre les épinards dans la cuve,recouvrir d'eau et faire cuire en cuisson rapide les épinards 10min.
Mettre à égoutter les épinards.
Et pendant ce temps, mettre en mode doré,avec un mélange beurre/huile,et faire revenir vos filets de poissons.
Rajouter ensuite vos épinards sur les filets,votre crème liquide,et laisser encore en mode doré, tout en remuant 5 minutes

LEGUMES

Duo fleurettes aux dés de jambon

Cookeo Moulinex

Duo fleurettes aux dés de jambon

Ingrédients pour 4 personnes

600 g de duo de fleurettes congelé
200 g de dés de jambon
100 g d'oignons congelés
2 gousses d'ail
1 cube de bouillon de bœuf
Sel
Poivre
Huile d'olive
300 ml d'eau

Mode dorer

Faites revenir les oignons et l'ail découpé en morceaux dans de l'huile d'olive.
Ajoutez les fleurettes, les dés de jambon et le cube de bouillon de boeuf.

Salez et poivrez. Versez l'eau .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn . Servez chaud.

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

DESSERTS

Danettes au cappuchino

LETTRE FGH

VIANDES

VEAU

Filet mignon de veau au Saint Agur

Moulinex cookeo

Filet mignon de veau

au saint Agur

Fanny Cuvilliez

Ingrédients :

Pour 4 personnes

500g filet mignon de veau
1 oignon
1 échalotte
1 gousse d'ail
1cc huile
Sel, poivre
150g saint agur crème
200ml fond de veau
1cc sauceline

En mode dorer, mettre l'oignon, l'ail, l'échalote et la viande dans 1cc d'huile pendant 5mn.

Ajouter la crème de saint Agur et le fond de veau, sel, poivre, bien délayer et c'est parti pour 5 mn en cuisson rapide.

Ajouter 1cc de sauceline maïzena et laisser en maintien au chaud qq mn

Fajitas garniture

Moulinex cookeo

Fajitas : Garniture

Cécile Cissou Tobelem

Ingrédients :

4 personnes
Ingrédients :
2 Oignons
3 poivrons (vert, jaune, rouge)
800 g de filet de poulet
Curcuma, Piment
une boite de tomates pelées
150 ml bouillon de volaille
sel, poivre

Émincer le poulet, les légumes.
Mettre en mode Dorer, faire revenir l'oignon, le poulet, les poivrons.
Saler, poivrer, mettre du curcuma (+ ou - selon les gouts), du piment.
Laisser dorer 5 minutes.

Ajouter le bouillon et les tomates mode rapide 10 min.
Nous les dégustons avec les galettes de blés, guacamole* (maison), garniture, gruyère et salade !

*recette du guacamole rapide maison :
3 avocats mûrs
3 cas de citron
3 cas de sauce Aïoli
écraser les avocats, mélanger l'aïoli et le citron.
Bon Apétit

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

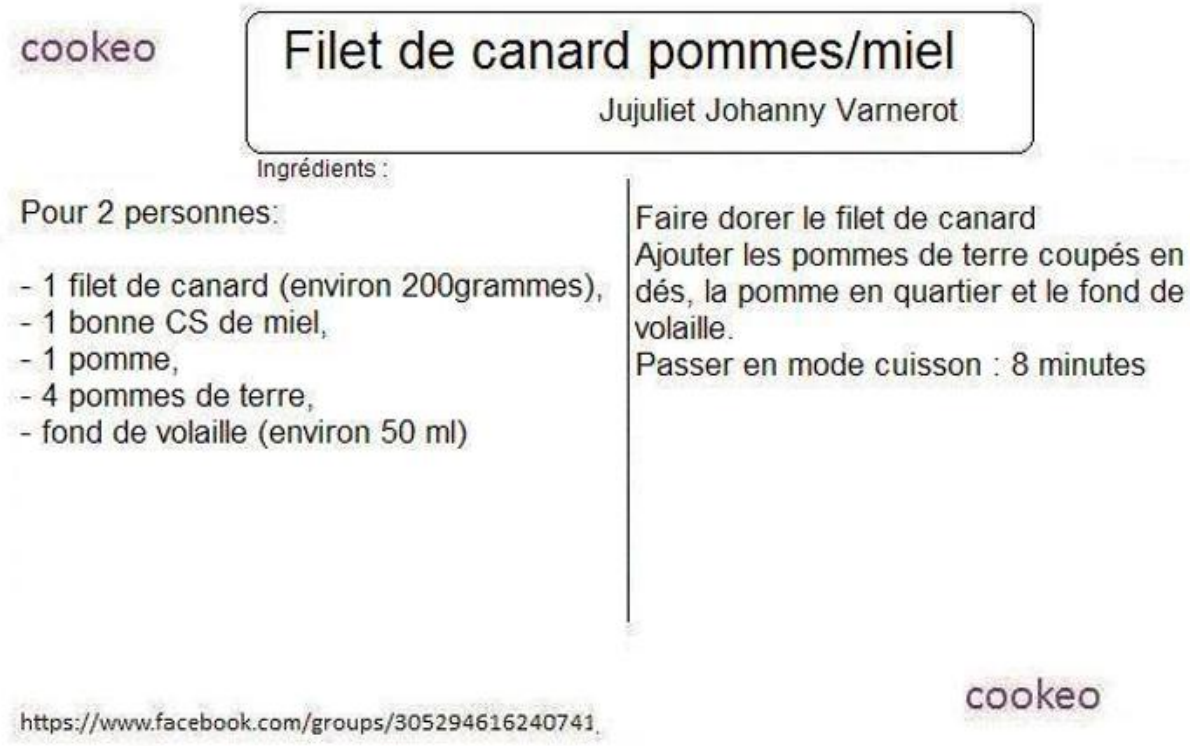
Farfalles à la carbonara

VOLAILLES

Faisan ou canard au lard

Filets de poulet à la concaillote

Filets de canard pommes miel



Filets de poulet endives

cookeo

filet de poulet/endives

Pour 2 pers.
-3 gros filets de poulet
-4 à 6 endives
-huile de noix
-eau
-sucre
-sel/poivre
-herbes de provence
-échalottes

Faire revenir les échalottes et les endives entières.

Ajouter les filets coupés en morceaux, mouiller d'eau à hauteur de la moitié des endives,mettre les reste de ingrédients, remuer.
Cuisson rapide 14 minutes.

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

cookeo

Foie de volaille aux pommes

Cookeo

Moulinex

Foies volailles cookeo aux pommes

Ingrédients pour 4 personnes

200 g d'oignons congelés ou 2 oignons frais
3 pommes
400 g de foies de volaille
1 quart de cuillère à café de gingembre
1 quart de cuillère à café de muscade
1 cuillère à café de coriandre déshydratée
Sel
Poivre
200 ml d'eau

Préparation
Mode dorer
Faites revenir les foies de volailles environ 1 mn puis ajoutez les oignons . Au bout de 3 mn ajoutez les morceaux de pommes.
Ajoutez le gingembre, la muscade, la coriandre .
Salez et poivrez selon votre convenance.
Versez 200 ml d'eau .
Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 4 mn .
Servez chaud avec des pommes de terre par exemple.

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

Foie gras

Moulinex cookeo

Foie gras

Celine Guillermin

Ingrédients :

pour 3 "boudins"
-1 lobe de foie
-porto rosé et rouge ou rouge
(pas que du rosé car trop sucré)
quantité selon les goûts
--sel/poivre

Dénerver le foie Mélanger les portos Salez poivrez Mettre le foie dans le porto Laissez macérer 24 heures

Faire des boudins (pas trop gros) en enroulant dans plusieurs couches de papier cuisson bien serrées

Faire cuire en cuisson rapide avec 200 ml d'eau le temps de cuisson dépend du diametre du boudin prévoir le diamètre du boudin -1 (soit par exemple 4minutes de cuisson pour un boudin de 5 cm de diametre)
Trempez immédiatement le foie gras dans de l'eau froide et le placer au frais pendant au moins 12 h avant de le déguster!!
Bon appétit

Fondue de poireaux vache qui rit

Fricassée de poulet aux olives

Moulinex cookeo

Fricassée de poulet
aux olives noires et basilic

Valeri Bruguié Fera

Ingrédients :

- 4 personnes

700gr de morceaux de poulet
2 oignons coupé
2 gousses d'ail haché
2 cuillères à soupe de basilic frais ciselé
2 cuillères de Fonds de volaille déshydraté
200gr de purée de tomates en boîte
1 cube sucre
20 olives noires au naturel coupées en tranche
1/2 verre d'eau

1.Faites revenir le poulet 6 minutes à l'huile d'olive.
il doit être bien doré.

2. Mettre tous les autre ingrédients dans le cookeo, un coup de cuillère en bois.
et hop ! on ferme cookeo et c'est parti pour 15 minutes de cuisson rapide !
pendent ce temps faites cuire vos nouilles.

P.S: moi j'aime les olives et le basilic donc je force la dose

AGNEAU

Filet mignon d'agneau au roquefort

Filet mignon d'agneau au roquefort

proposée par cuisinesab

Ingrédients

recette pour 4 personnes :

1 filet mignon d'agneau d'environ 600g
250 ml de fond de veau
200 ml de crème fraîche
125g de roquefort
1 cuillère à café de curry
1 cuillère à soupe de vinaigre
sel et poivre

mélanger dans un saladier la crème et le roquefort
faire revenir le filet dans le cookéo ou dans une cocotte de tous les côtés
saler et poivrer
ajouter le curry
déglacer avec le vinaigre
ajouter le fond de veau
ajouter le mélange crème/roquefort
fermer le cookéo
faire cuire 15 minutes au cookéo

FILETS MIGNON

Filet mignon de porc aux lentilles

Moulinex cookeo

Filet mignon de porc aux lentilles

Elodie LA

Ingrédients :

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 coté.
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 et presque froid)

Dégustez
Bon appétit!!!!

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

Filet mignon aux légumes

cookeo

Filet mignon aux légumes

-1 filet mignon
-1 oignon
-Quelques pommes de terre
-2 grosses carottes
-thym, ail semoule
-Fond de roti
-Pruneaux

En mode recette boeuf bourguignon, faire revenir l'oignon et la viande coupée en morceaux, rajouter le reste des ingrédients, et rajouter du liquide, sans tout recouvrir.

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

cookeo

Filet mignon à la crème de moutarde

Moulinex cookeo

Filet mignon à la crème de moutarde

Manue Lhotelier

Ingrédients :

Pour 4 personnes :
- 800g de filet mignon
- 20cl de vin blanc
- 3 cuillère à soupe de moutarde
- 30cl de crème fraiche
- 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 fraiche liquide en fin de cuisson car j'ai peur que cela caille.
J'ai servi ici avec des tagliatelles fraiches.....
Bon appétit!

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

Filet mignon Maroilles

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 fraiche , le sel et le poivre . mélanger le tout

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

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

Filet mignon de porc aux oignons

Moulinex cookeo

Filet mignon de porc aux oignons

Croq Mi t'Aime

Ingrédients :

2 filets de porc coupés en dés.
2 oignons.
1 poivron rouge.
1 cube aux légumes.
150 ml d'eau
avec 5 cuillerées à café de fond de veau.

Dorer les oignons et le poivron, ajouter les dés de porc. environ 5 minutes.

Verser les 150 ml d'eau avec le fond de veau. cuisson rapide 20 minutes, servir avec du riz : un délice !

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

Filet mignon au paprika

cookeo

Filet mignon au paprika pommes de terre et tagliatelle de légumes

Elodie Climent

Ingrédients :

Pour 6 personnes :

- 2 filet mignon de porc
- 1 oignon
- 25cl de vin blanc
- 50 cl de crème fraiche semi épaisse
- 2 cuillères a soupe de paprika
- ciboulette
- 1 cuillère a soupe d'ail en poudre
- 1 cuillère a soupe d'échalote déshydraté
- des pommes de terre
- 1 courgette

Couper 2 filet mignon de porc en dés, les faire dorer avec de l'oignon .
Pendant ce temps dans un saladier mettre 25cl de vin blanc, 50 cl de crème fraiche semi épaisse, 2 cuillères a soupe de paprika, de la ciboulette, 1 cuillère a soupe d'ail en poudre, 1 cuillère a soupe d'échalote déshydraté.
Remuer le tout. Mettre les pommes de terre avec la mixture dans le cookeo, lancer la cuisson rapide pour 8min. Pendant ce temps prendre 1 courgette, l'éplucher pour faire des tagliatelles, les ajouter quand la cuisson est fini, bien remuer et laisser en maintien au chaud pendant 10 min les courgettes seront croquante.

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

cookeo

Filet mignon au Boursin

Filet mignon au boursin

proposée par Mimi Titi

Ingrédients

1 filet mignon
Une petite boîte de pomme de terre
Une petite boîte de carottes coupées en rondelle
Un pot de boursin cuisine ail et fine herbe
150ml d'eau
Fond de veau
Sel/poivre

En mode dorer
Mettre le filet mignon
Les pomme de terre
Les carottes
Retourner sur chaque face le filet mignon afin que tous les faces soient un peu dorées.
Mettre le boursin, l'eau, le fond de veau, sel, poivre. Remuer le tout.
15min en mode cuisson rapide
C'est prêt

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

Filet mignon au camembert

Moulinex cookeo

Filet mignon à la crème de camembert

Bertrand Leridez

Ingrédients :

pour 4 personnes :

1 filet mignon,
12 petites pommes de terres,
1/2 camembert,
1 kubor +200ml d'eau,
1 oignon,
2 cuillère à soupe de crème fraîche,
du beurre,
sel, poivre

Emincer l'oignon. Couper le filet mignon en tranches épaisses. Peler les pommes de terre.

-Faire revenir dans du beurre l'oignon, la viande et les pommes de terre en mode "dorer" environ 5mn.

-Ajouter le bouillon kubor.
-couper le camembert en petits morceaux et le mettre dans la cuve.
- saler, poivrer, mélanger.
-passer en cuisson rapide 15 mn.
-ajouter la crème fraîche.
-Bien mélanger et déguster

Filet mignon en sauce

Filet mignon en sauce
et ses pommes de terre

Gaelle le Diascorn

Ingrédients :

Pour 4 personnes

1 filet mignon
1 oignon
1 cuillère de farine
20 cl de fond de veau
20 cl de vin blanc
1 petite boîte de concentre de tomate
1 boîte d'olives dénoyautes
1 cube bouquet garnis

En mode dorer faire revenir le filet mignon et l'oignon ajoute la farine remue et ajouter le vin blanc et le concentre de tomate remuer

ajouter le fond de veau les pommes de terre les olives mélanger et

cuisson rapide 20 minutes!!! Et c'est prêt

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

Filet mignon au roquefort

Filet mignon de porc au Roquefort

Ingrédients :

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 sauceline ça rend la sauce plus épaisse !
Un DÉLICE !!!!!!

Filet mignon à la crème

cookeo

filet mignon crème/olives

Pour 4 pers.
- 1 filet mignon
- 10cl de vin blanc
- 15cl de bouillon
- 20cl de crème
- 1 barquette de lardons
- 1 quinzaine d'olives vertes
- 1cas de maïzena

Mode dorer, faire revenir 5 bonnes minutes le filet avec les lardons. Verser le vin blanc, attendre que l'alcool se dissipe. Rajouter le bouillon. Ensuite mettre la crème et la cas de maïzena et cuisson rapide 15min.

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

cookeo

Filet mignon de porc abricots secs

Moulinex cookeo

Filet mignons de porc aux abricots secs

Ingrédients :

4 personnes

1 filet mignon de porc
1 oignon rouge
1 échalote
1 sachet d'abricot secs
1 cube or
1 cc de gingembre en poudre
1 cc de cumin en poudre
1 cc de curcuma en poudre
1 cuillère à soupe d'huile d'olive
1 cuillère a soupe de fond de veau et 1 CS de Maizena
Sel, poivre
1 cuillère à soupe de persil ciselé

Dégraisser le filet mignon et le couper en dés de la taille d'une bouchée.

Peler et émincer l'oignon et l'échalote. Dans le bol du Cookéo faire chauffer l'huile d'olive. Y faire revenir les lamelles d'oignon et d'échalotes pendant 2 minutes, puis ajouter les cubes de viande.

Les faire colorer en mélangeant souvent, pendant 3/4 minutes. Saupoudrer avec les épices, saler et poivrer.

Ajouter le cube, les abricot sec et 400 mililitre d'eau.

Faire cuire 20 minutes Ajouter le persil (accompagnement au choix : pommes de terre a l'eau en purée, pates semoule ou riz...)

Filet mignon aux pommes et cidre

cookeo

Filet mignon, aux pommes & cidre

Catherine Fruitier-Hespel

Ingrédients :

Pour 4 personnes :
- un filet mignon coupé en tronçons de 3 cm (selon les goûts)
- deux pommes,
- 25 cl de cidre doux,
- un oignon, deux échalotes,
- un gousse d'ail le tout mixé,
- un bouillon cube de volaille,
- deux cuillères à soupe de maizena,
- une feuille de laurier,
- une branche de thym et une de romarin

Faire dorer avec une matière grasse, vos tronçons de porc, accompagnés de l'ail échalotes et oignons hâchés, ajouter la maizena et bien remuer, ensuite mettre le cidre et les pommes, le sel, le poivre, le bouillon cube, les pommes coupés en quartier ou cubes, et remuer à nouveau, fermer le couvercle et cuisson rapide 15mn.

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

cookeo

Filet mignon au Maroille

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 fraiche , le sel et le poivre . mélanger le tout

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

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

Filet mignon aux 2 moutarde et pdt

Filet mignon aux cerises

Filet mignon de porc aux oignons

Moulinex cookeo

Filet mignon de porc aux oignons

Croq Mi t'Aime

Ingrédients :

2 filets de porc coupés en dés.
2 oignons.
1 poivron rouge.
1 cube aux légumes.
150 ml d'eau
avec 5 cuillerées à café de fond de veau.

Dorer les oignons et le poivron, ajouter les dés de porc. environ 5 minutes.

Verser les 150 ml d'eau avec le fond de veau. cuisson rapide 20 minutes, servir avec du riz : un délice !

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

Filet mignon pissaladière

Filet mignon pissaladière

	2	4	6
Filet mignon (cubes de 50g)	300 g	600 g	900 g
Anchois	30 g	60 g	90 g
Oignons émincés	200 g	400 g	600 g
Olives noires dénoyautées	55 g	110 g	160 g
Fond de veau	10 cl	10 cl	10 cl
Bouquet garni	1/2	1	1
Huile d'olive	1 cs	2 cs	3 cs
Crème fraiche entière	30 g	30 g	30 g
Sel et poivre			

Préparation : 8 mn Cuisson : 4 mn

Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage
Faire dorer le filet mignon sur toutes les faces, en plusieurs foi
si besoin.
Retirer
Faire revenir oignons,olives et anchois
Arrêter de dorer
Remettre tous les ingrédients dans la cuve.
Ajouter le fond de veau et la crème.
Cuisson
Assaisonner et servir avec de la semoule

Filet mignon porc curry miel

cookeo

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 MORCEAUX
4 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/

cookeo

Filet mignon au Saint Agur

Moulinex cookeo

Filet mignon de veau au saint Agur

Fanny Cuvilliez

Ingrédients :

Pour 4 personnes

500g filet mignon de veau
1 oignon
1 échalotte
1 gousse d'ail
1cc huile
Sel, poivre
150g saint agur crème
200ml fond de veau
1cc sauceline

En mode dorer, mettre l'oignon, l'ail, l'échalote et la viande dans 1cc d'huile pendant 5mn.

Ajouter la crème de saint Agur et le fond de veau, sel, poivre, bien délayer et c'est parti pour 5 mn en cuisson rapide.

Ajouter 1cc de sauceline maïzena et laisser en maintien au chaud qq mn

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

Filet mignon en croûte d'épices

cookeo

Filet mignon en croûte d épices

Magalie Jacob-James Bond

Ingrédients :

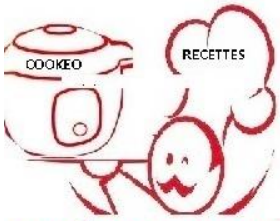
Pour 4 personnes :
- 1 filet mignon
- 2 échalotes
- 2 poivrons
- 1 cuillère à soupe de miel
- 1 cuillère à soupe d huile d olives
- 1 cuillère à soupe de cumin moulu
- 1 cuillère à soupe de gingembre
- 1 cuillère à café de 4 épices
- Sel poivre
- 20 cl de vin blanc

Mixer l échalotes et les poivrons et les mettre dans le fond de la cuve mélanger le miel l huile et les épices et étaler sur le filet mignon avec un pinceau pour faire la croûte d épices et le poser sur le lit d échalotes et poivrons ajouter les 20 cl de vin blanc et faire cuire 15 min en cuisson rapide.

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

cookeo

Filet mignon tomates



Filet mignon tomates

150 CALORIES 3 PP 4 SP

Ingrédients pour 4 personnes

1 filet mignon (400 g)
125 g de tomates pelées
100 ml de vin blanc
100 ml d'eau
2 cuillères à soupe de concentré de tomates
100 g d'oignons
1 cube de bouillon de bœuf
Huile d'olive
Curry
Sel
Poivre

Mode dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve et faites revenir le filet mignon puis les oignons .
Versez un bouillon composé de 100 ml de vin blanc,100 ml d'eau et un cube de bouillon de bœuf émietté.
Déposez dans la cube les tomates pelées.
Salez et poivrez selon votre convenance et saupoudrez de curry.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 25 mn
Quand la cuisson est terminée coupez votre filet mignon en tranches puis ajoutez 2 cuillères à café de concentré de tomates dans la cuve .
Déposez les tranches de filet mignon
Servez chaud

Cookeo Moulinex

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

Filet mignon en sauce

Moulinex cookeo

Filet mignon en sauce

et ses pommes de terre

Gaelle le Diascorn

Ingrédients :

Pour 4 personnes

1 filet mignon
1 oignon
1 cuillère de farine
20 cl de fond de veau
20 cl de vin blanc
1 petite boîte de concentre de tomate
1 boîte d'olives dénoyautes
1 cube bouquet garnis

En mode dorer faire revenir le filet mignon et l'oignon ajoute la farine remue et ajouter le vin blanc et le concentre de tomate remuer

ajouter le fond de veau les pommes de terre les olives mélanger et

cuisson rapide 20 minutes!!! Et c'est prêt

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

FARFALLES

Farfalles aux artichauts

Moulinex cookeo

Farfales aux artichauts

Maéva Parrinello

Ingrédients :

(pour 4 personnes)
- 250g de farfales
- 4 tranches de jambon cru
- 1/2 gorgonzola
- 1 brique de crème liquide
- 1 boite de fonds d'artichauts
- 1 boite de coeurs d'artichauts
- ail
- persil
- sel & poivre

Cuire les farfales (soit au cookeo soit à la casserole)
Réserver.

Mode dorer : faire revenir les artichauts avec l'ail jusqu'à obtention d'une jolie coloration.
Ajouter le jambon cru coupé en petits morceaux, puis la crème liquide, persil, sel & poivre.
Cuisson rapide 4 min.
Couper le gorgonzola en petits dés et ajouter à la préparation.

Mélanger la préparation aux farfales et bon appétit !

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

Farfalles carbonara

cookeo

Farfalles à la carbonara

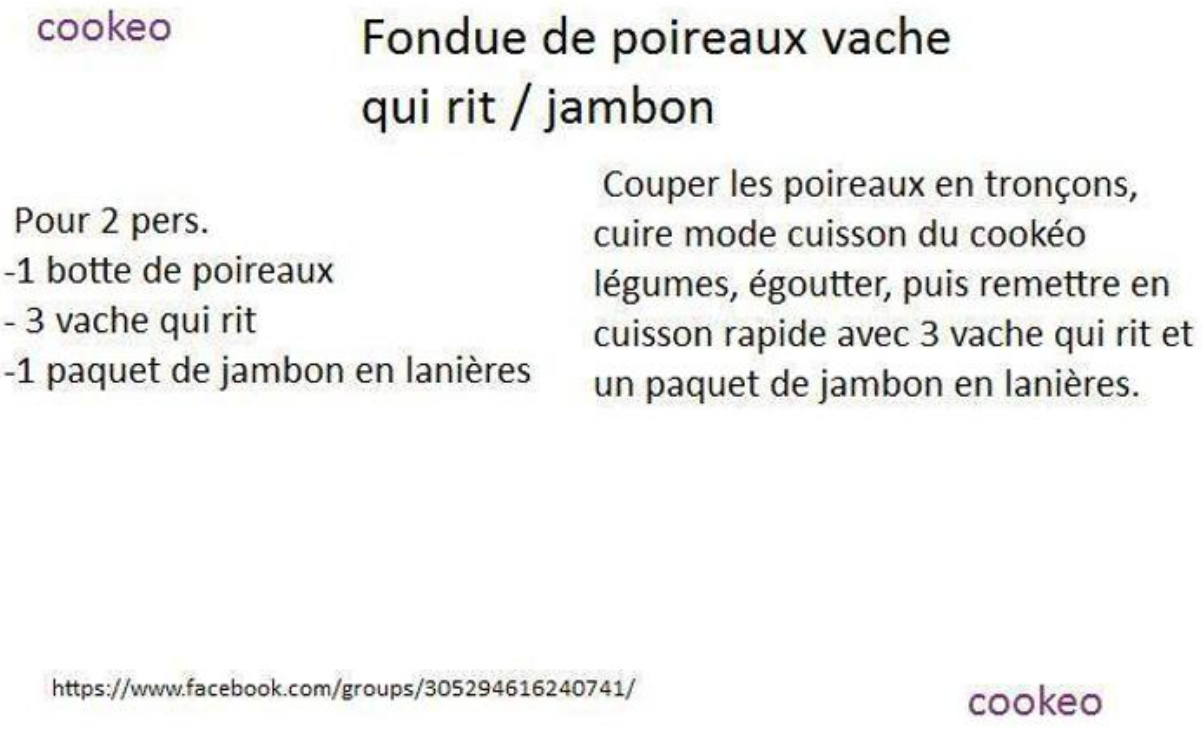
-des lardons
-des farfales
-1 pot de crème épaisse

Faire dorer les lardons ,puis ajouter les pâtes farfales , recouvrir d'eau, cuisson rapide 10 min(pâtes plus longues en cuisson) puis ajouter un pot de crême fraiche épaisse, prolonger la cuisson de 2 min.

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

cookeo

Fondue de poireaux vache qui rit



VOLAILLES/GIBIERS

Gésiers et foies de volailles au Banyuls

Gésiers foies de volailles au Banyuls

Ingrédients pour 4 personnes

300 g de gésiers de volaille
300 g de foie de volaille
1 cuillère à café de gingembre
1 demi -verre de Banyuls
200 ml d'eau
100 g d'oignons
Sel
Poivre
Baies concassées

Préparation

Mode dorer

Faites revenir les gésiers et les foies de volailles dans la cuve puis ajoutez les oignons.
Saupoudrez de curry .Salez et poivrez
Versez le verre de Banyuls et l'eau.
Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 5 mn .
Servez chaud

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

Gésiers de volaille aux petits pois

Gésiers de volaille aux petit pois

proposée par Cathy Scoth

Ingrédients

2 boites de gésiers de volaille
1 oignon
2 coeur de bouillon volaille maggy
1 paquet de petit pois surgelé ou une boite
sel poivre
thym laurier

En mode manuel/dorer
faire dorer les gésiers les enlever
faire dorer l oignon avec un sucre quand c'est bien coloré
remettre les gésiers ajouter les coeur de bouillon de l eau
a hauteur des gésiers et l' assaisonnement
fermer mettre cuisson rapide 20 mns
ouvrir ajouter les petit pois et remettre 5 mns
voila c pret

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

Gnocchis tartare poulet

cookeo

Gnocchis façon tartare et poulet

Pour 3pers.
300 g de gnocchis
300g de blanc de poulet
1/2 pot de tartare ail fines herbes
2 càs de crème fraîche
150 cl de bouillon de volaille
50 cl vin blanc.
1 oignon/1càs de maïzena

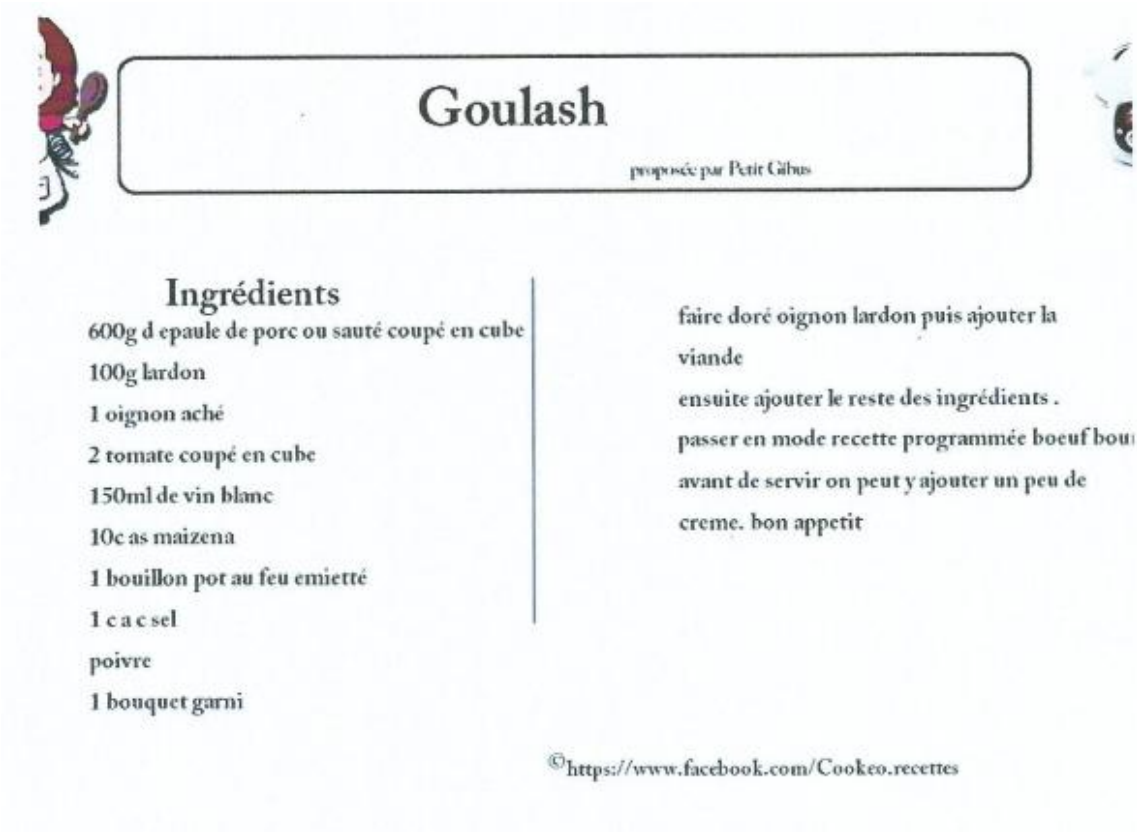
Dorer oignons et blancs de poulet coupés en morceaux.
Rajouter tous les autres ingrédients.
Cuisson rapide 3 minutes.
Rajouter la maïzena ,cuisson 1 min ou arrêter en fin de préchauffage.

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

cookeo

PORC

Goulash



Goulash

proposée par Petit Gibus

Ingrédients

600g d epaule de porc ou sauté coupé en cube
100g lardon
1 oignon aché
2 tomate coupé en cube
150ml de vin blanc
10c as maizena
1 bouillon pot au feu emietté
1 c a c sel
poivre
1 bouquet garni

faire doré oignon lardon puis ajouter la viande
ensuite ajouter le reste des ingrédients .
passer en mode recette programmée boeuf bou
avant de servir on peut y ajouter un peu de creme. bon appetit

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

Gratin dauphinois au jambon

Gratin dauphinois au jambon

Proposée par Celine Piston

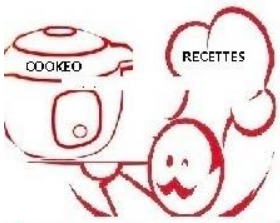
Ingrédients

pour 4 personnes ~environ
1kg de pommes de terre
1 gros oignon
Des tranches de jambon
De l'ail ecrassé
Du lait
Sel , poivre , muscade

Couper 1 gros oignon et mettez le dans le cookeo en mode manuel dorer
Puis retirer le
Proceder comme suit
une couche de pomme de terre, pour ma part j'ai mis une tranche de jambon un peu d'oignon et de l'ail
Recommencer la meme chose que ci dessus jusqu'a que vous en ayez plus
Puis rajouter le lait jusqu'au 2/3 de la preparation , rajouter du del du poivre de la muscade
Temps de cuisson rapide 10 mn ! Bon appetit !

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

Gratin chou fleur jambon



Gratin chou fleur jambon

Ingrédients pour 4 personnes

1 kg de chou fleur congelé
1 cube de bouillon de bœuf
20 cl de lait
4 cuillères à soupe de crème fraîche
4 tranches de jambon
100 g de gruyère râpé
Sel
Poivre

Préparation

Déposez dans la cuve les fleurettes de chou fleur puis versez 500 ml d'eau avec un cube de bouillon de bœuf émietté.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn. Pendant la cuisson mélangez le lait, la crème fraîche dans un bol ou un saladier.
Salez et poivrez selon votre convenance et ajoutez une petite cuillère de muscade en poudre.
Quand la cuisson est terminée égouttez les fleurettes de chou fleur et placez les dans un plat qui va au four avec le jambon coupé en morceaux.
Versez le lait et la crème fraîche sur la chou fleur. Saupoudrez avec le gruyère râpé.
Placez au four à 200° pendant 15 mn. Servez chaud

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

Gratin de pommes de terre saucisses

Moulinex cookeo

Blandine Lombard-gras

Gratin de Pommes de terre "express" et saucisses fumées

Ingrédients :

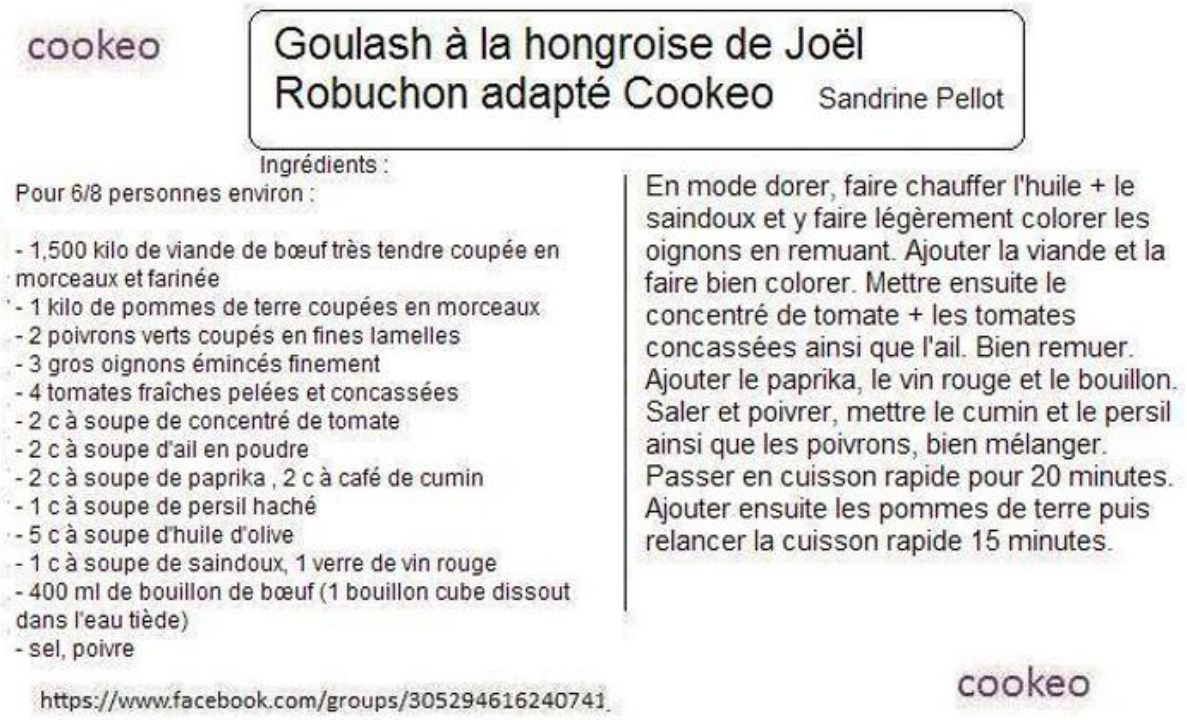
4/5 pers

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

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

BOEUF

Goulash façon Joël Robuchon



cookeo

Goulash à la hongroise de Joël Robuchon adapté Cookeo Sandrine Pellot

Ingrédients :

Pour 6/8 personnes environ :

- 1,500 kilo de viande de bœuf très tendre coupée en morceaux et farinée
- 1 kilo de pommes de terre coupées en morceaux
- 2 poivrons verts coupés en fines lamelles
- 3 gros oignons émincés finement
- 4 tomates fraîches pelées et concassées
- 2 c à soupe de concentré de tomate
- 2 c à soupe d'ail en poudre
- 2 c à soupe de paprika , 2 c à café de cumin
- 1 c à soupe de persil haché
- 5 c à soupe d'huile d'olive
- 1 c à soupe de saindoux, 1 verre de vin rouge
- 400 ml de bouillon de bœuf (1 bouillon cube dissout dans l'eau tiède)
- sel, poivre

En mode dorer, faire chauffer l'huile + le saindoux et y faire légèrement colorer les oignons en remuant. Ajouter la viande et la faire bien colorer. Mettre ensuite le concentré de tomate + les tomates concassées ainsi que l'ail. Bien remuer. Ajouter le paprika, le vin rouge et le bouillon. Saler et poivrer, mettre le cumin et le persil ainsi que les poivrons, bien mélanger. Passer en cuisson rapide pour 20 minutes. Ajouter ensuite les pommes de terre puis relancer la cuisson rapide 15 minutes.

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

cookeo

Goulash de boeuf

cookeo

Goulash de Boeuf

Delphine Raison Taniere

Ingrédients :

- 500g de boeuf
- 150ml de vin blanc
- 100 ml de puréee de tomates
- 2 tomates coupées en morceau
- 1 oignon émincé
- 2 c à c de paprika
- un peu de farine
- poivre, sel

Faire revenir en mode DORER la viande farinée avec l'oignon.
Puis mettre tous les ingrédients et programme boeuf bourguignon

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

cookeo

GRATIN

Gratin dauphinois au jambon

Gratin dauphinois au jambon

Proposée par Celine Piston

Ingrédients

pour 4 personnes ~environ
1kg de pommes de terre
1 gros oignon
Des tranches de jambon
De l'ail ecrassé
Du lait
Sel , poivre , muscade

Couper 1 gros oignon et mettez le dans le cookeo en mode manuel dorer
Puis retirer le
Proceder comme suit
une couche de pomme de terre, pour ma part j'ai mis une tranche de jambon un peu d'oignon et de l'ail
Recommencer la meme chose que ci dessus jusqu'a que vous en ayez plus
Puis rajouter le lait jusqu'au 2/3 de la preparation , rajouter du del du poivre de la muscade
Temps de cuisson rapide 10 mn ! Bon appetit !

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

Gratin de patates douces à l'agneau

Gratin de patates douces à l'agneau

proposée par Causette Valjean

Ingrédients

Pour 2 personnes

500 gr de collier d'agneau coupé en tronçons

800 gr de patates douces

1 oignon (émincé)

1 gousse d'ail (hachée)

1 bouquet garni

1 cuil à café de concentré de tomate

1 cuil à café rase de 4 épices

1 cuil à soupe de graines de coriandre (facultatif)

2 x30 g de beurre

Sel, poivre

Dorer la viande, les oignons et l'ail avec 30 g de beurre (facultatif). Ajoutez le concentré de tomate, les épices, du sel, du poivre, les herbes et faites chauffer l'ensemble en mélangeant. Ajoutez de l'eau juste à hauteur fermer le Cookéo – cuisson 30 mn Sortez la viande et laissez tiédir avant de l'effilocher.

Pelez et émincez finement les patates douces. Pour gagner du temps précuire les patates douces au micro onde.

Dans un plat à gratin, montez la préparation comme des lasagnes en intercalant la viande et les tranches de patates douces en arrosant de jus de cuisson entre chaque couche, sans oublier l'oignon et les graines de coriandre. Terminez pas une couche de patate douce et du jus de cuisson. Parsemez le tout avec le reste de beurre et enfournez 30 min en fonction de votre four qui a été préchauffé à 170 °C

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

Gratin express et saucisses fumées

Moulinex cookeo

Blandine Lombard-gras

Gratin de Pommes de terre "express" et saucisses fumées

Ingrédients :

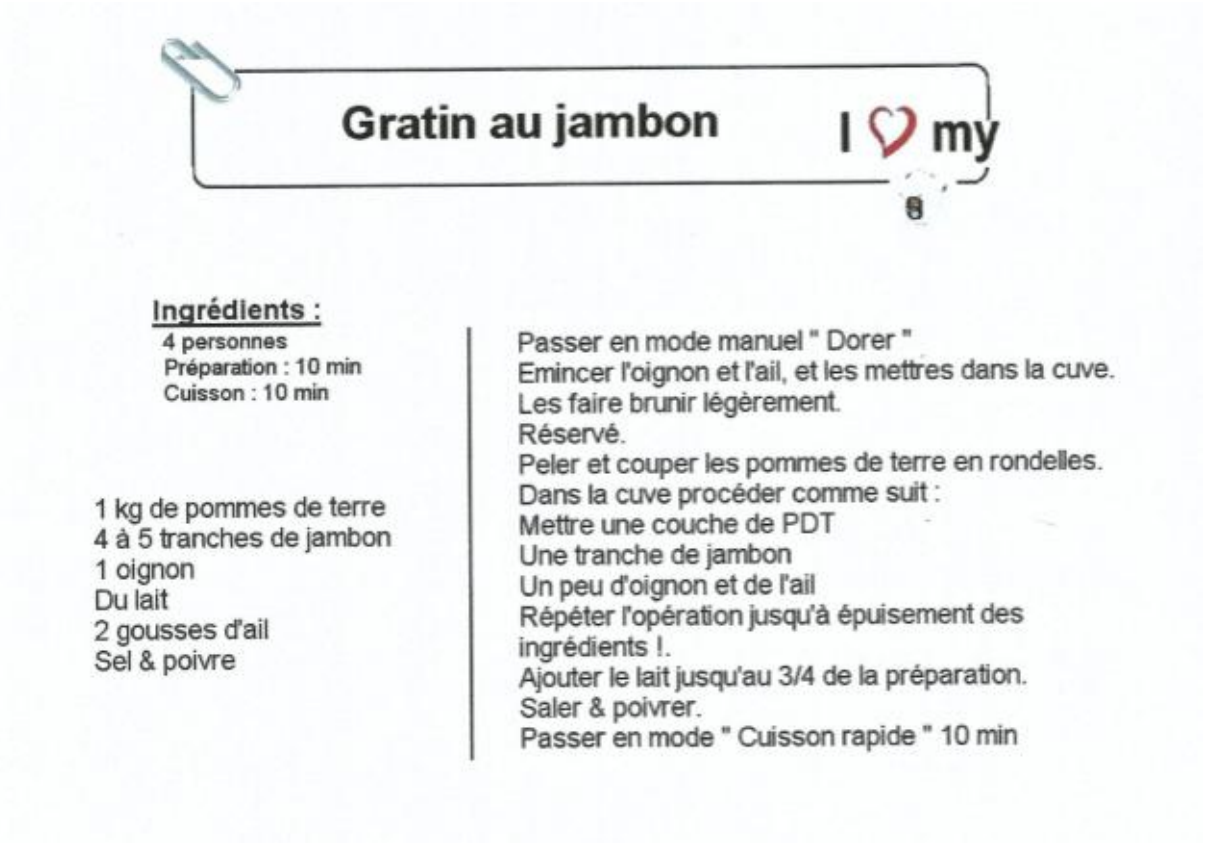
4/5 pers

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

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

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

Gratin au jambon



Gratin au jambon

I ♡ my

Ingrédients :

4 personnes
Préparation : 10 min
Cuisson : 10 min

1 kg de pommes de terre
4 à 5 tranches de jambon
1 oignon
Du lait
2 gousses d'ail
Sel & poivre

Passer en mode manuel " Dorer "
Emincer l'oignon et l'ail, et les mettres dans la cuve.
Les faire brunir légèrement.
Réservé.
Peler et couper les pommes de terre en rondelles.
Dans la cuve procéder comme suit :
Mettre une couche de PDT
Une tranche de jambon
Un peu d'oignon et de l'ail
Répéter l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients !.
Ajouter le lait jusqu'au 3/4 de la préparation.
Saler & poivrer.
Passer en mode " Cuisson rapide " 10 min

AGNEAU

Harira

cookeo

Harira

Sandrine Milly

Ingrédients :

- 1 petit morceau d'agneau ou mouton
- 500 g de tomate bien mure
- 2 oignons
- 1 pomme de terre
- ½ carotte
- ½ courgette
- 1 petite branche de cèleri
- une poignée de lentille blond
- 1/2 botte de coriandre fraiche
- persil frais
- 1 c à s de sauce concentré de tomate
- Sel, poivre + eau à hauteur
- 1 cas d'épice à chorba
- sachet de faux safran
- 1 petite poignée de vermicelle

Mettre tout les ingrédients dans le cookéo sauf le vermicelle lancer la cuisson rapide 20 mn.
Retirer la viande et mixer le reste.
Remettre la viande et le vermicelle relancer la cuisson 2mn.

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

cookeo

BOEUF

Haché riz légumes

cookeo

haché riz/légumes

-400 g de viande hachée
-1 oignon
-4 tomates coupées en 4
-1/2 poivron rouge coupé
-1 courgette en morceaux
-1 boîte de tomate en cube
-1 boîte de champignons
-1verre de riz
-1 verre d'eau et 1bouquet garni

Faire dorer la viande et l'oignon.
Ajouter les autres ingrédients, en terminant par les liquides.
Cuisson rapide 10 minutes.

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

cookeo

Goulash

Goulash

proposée par Petit Gibus

Ingrédients

600g d epaule de porc ou sauté coupé en cube
100g lardon
1 oignon aché
2 tomate coupé en cube
150ml de vin blanc
10c as maizena
1 bouillon pot au feu emietté
1 c a c sel
poivre
1 bouquet garni

faire doré oignon lardon puis ajouter la viande
ensuite ajouter le reste des ingrédients .
passer en mode recette programmée boeuf bourguignon
avant de servir on peut y ajouter un peu de creme. bon appetit

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

Hachis carmarguais

Hachis camarguais

cookeo

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 4 petites courgettes,
- 90g de riz
- 5cl de vin blanc sec
- 1 oignon émincé
- 400g de steak haché
- ,1 gousse d'ail
- 1 cuillère à café d'herbes de Provences
- 1 boite de tomates concassées,
- 250 ml de bouillon de volaille
- parmesan

- En mode doré, faire revenir l'oignon et la viande hachée, puis ajouter le riz, et déglacer avec le vin blanc
- Ensuite ajouter les légumes, l'ail les herbes de Provence, la boite de tomate et le bouillon
- cuisson rapide 11 minutes
- rajouter du parmesan au moment de servir

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

cookeo

Hachis parmentier Moulinex

HACHIS PARMENTIER APPLICATION COOKEO

Ingrédients pour 6 personne(s) :

900 g de bœuf haché
1.5 oignons ciselé
1.5 kg de pommes de terre, coupées en cubes
3 cs d'huile
75 g de beurre
24 cl d'eau
Sel, poivre, muscade, bouquet garni
3 gousse d'ail
Gruyère râpé
Plat à gratin pour faire gratiner au four

Résumé :

Préparer les ingrédients.
Ciseler les oignons.
Couper les pommes de terre en cubes.
Verser l'huile dans la cuve.
Colorer les oignons. Ajouter la viande et la cuire en remuant. Assaisonner. 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 avec le sel, le poivre et la muscade.
Cuisson sous pression : 10 min
Tout passer au presse-purée. Répartir sur la viande. Couvrir de gruyère. Gratiner au four.

Hachis parmentier de boeuf

cookeo

Hachis parmentier de bœuf

Pour 5 pers.
-12 pdt
-600g de viande hachée
-3 gousses d'ail
-20 cl de crème liquide
-10cl d'eau
-sel/poivre
-1 bouillon de cube de bœuf

Faire revenir l'ail coupé en morceaux avec un peu d'huile d'olive, puis ajouter la viande durant 3 mns.
Couper en fines rondelles les pdt.
Ajouter tout le reste.
Cuisson rapide 20 minutes.
Ecraser le tout.

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

cookeo

Hachis parmentier de patates douces

Hachis parmentier de patates douces

Florence Luvisotto

Ingrédients :

pour 4 personnes :

3 grosses patates douces,

De la viande hachée 600g

Du fromage rapé

Avec le Cookeo j'ai fait cuire 3 grosses patates douces, mode ingrédient patates douces(environ 20mn de cuisson),

ensuite je les ai passées au presse-purée.

Pour la viande hachée j'ai fait la recette enregistrée sur le cookéo du chili con carne pour 2 personnes, c'est nettement suffisant (sans les haricots rouges).

Dans un plat j'ai mis une couche de purée de patates douces / 1 couche de viande hachée / 1 couche de purée de patates douces.

Du fromage rapé pour que cela gratine, un tour au four c'est pret !

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

POISSONS

Fondue de Poireaux et noix de St Jacques

cookeo

Fondue de poireaux et ses noix de St jacques et crevettes Marie Francoise Patricia

Ingrédients :

Pour 2 ou 3 personnes :

- 1 sachet de 350 grs de noix de St jacques surgelées.
- 2 grosses poignées de poireaux en rondelles surgelées
- Crevettes (facultatif)
- 3 C à S de crème fraîche légère liquide
- 1 verre de vin blanc ou à défaut d'eau
- 1 poudrée de cumin , sel, poivre
- 1 échalote
- 1 C à C de sauceline pour épaissir la sauce (facultatif)

Faire revenir une échalote émincée et 2 grosses poignées de poireau en rondelles surgelés quelques min , le temps du préchauffage en fait , ajouté un petit verre de vin blanc (facultatif) ou , un verre d'eau, une pincée de cumin , sel , poivre , ajouter les noix de St Jacques et les crevettes coupées en 2

Passer en mode cuisson 1 mn dès que le préchauffage est terminé.
Ajouter la crème fraîche et 1 c à c de sauceline ,maintien au chaud

Servir avec du riz.

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

cookeo

Filet de cabillaud à la moutarde

Moulinex cookeo

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

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

Filets de julienne et brumoise de légumes

Moulinex cookeo

Filet de julienne et brunoise de légumes

Cécilia Nitop

Ingrédients :

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

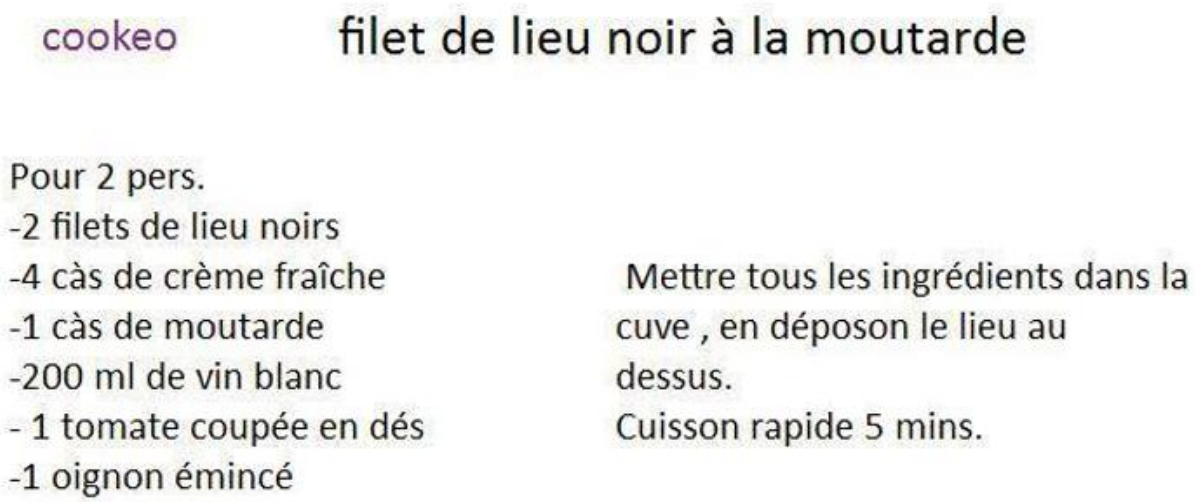
puis ajouter un peu d'eau avec cube emietté et mettre en mode cuisson rapide pendant 3 min.

Ajouter vos filets de poisson, le vin blanc, le curry.

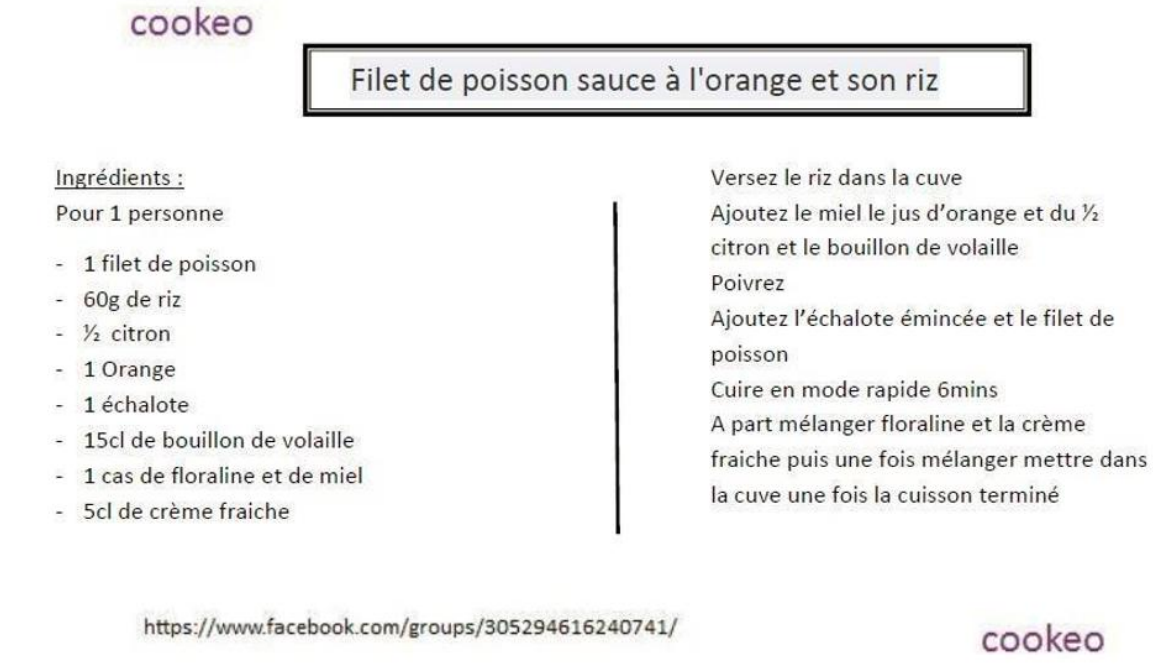
Saler, poivrer et c'est parti pour 5 min de cuisson rapide.
Réserver le poisson et lier la sauce avec 1 cc de maizena + 1cs de crème fraîche.

Bon appétit!

Filets de lieu noir moutarde



Filets de poissons sauce orange



Filets de saumon poireaux➽➽➽

Cookeo

Filets de saumon poireaux

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

4 filets saumon
100 g d'oignons congelés
200 g de poireaux congelés
2 cuillères à soupe de moutarde
1 petit verre de vin blanc
2 cuillères à soupe de crème fraîche légère

Mode dorer

Faire revenir les oignons avec de l'huile d'olive.Ajoutez les filets de saumon coupés en morceaux.
Ajoutez les morceaux de poireaux dans la cuve ,le verre de vin blanc .
Versez 200 ml d'eau . Ajoutez 2 cuillères à soupe de moutarde et 2 cuillères à soupe de crème fraîche.

Mode cuisson rapide 15 MN. Servez chaud.

Filets de plie aux légumes

cookeo

filet de plie aux legumes

Pour 2/3pers.
-1 cac de margarine
-3 filets de plie
-1 oignon ,ail , epices méditerrannéennes
-sel/poivre
-3tomates
-2courgettes
-2poivrons, un peu d'eau

En mode dorer, mettre la margarine puis l'oignon , ail et tous les legumes , ajouter les epices, un fond d 'eau et déposer les filets de plie.
Ensuite, cuisson rapide 8 minutes.

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

cookeo

Filets de poisson au curry

Cookeo Moulinex

Filets de poisson au curry

Ingrédients pour 4 personnes

4 filets de poisson
2 carottes
1 oignon
1 cuillère à soupe de curry
200 ml de lait de coco
1 cuillère à soupe d'huile d'olive
1 cuillère à soupe de moutarde
1 petite boite de tomates pelées
Quelques brins de persil

Préparation

Mode dorer

Versez la cuillère d'huile d'olive dans la cuve et faites revenir les oignons. Ajoutez ensuite les filets de poisson , les carottes coupées en rondelles.
Ouvrez la boite de tomates pelées et ajoutez le contenu dans la cuve .
Versez le lait de coco , saupoudrez de curry.
Ajoutez une cuillère à soupe de moutarde et le persil ciselé.

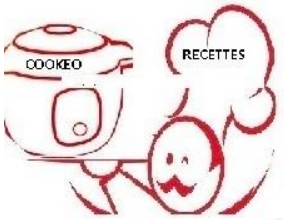
Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 7 mn
Servez chaud

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

Filets de sole aux fruits de mer

Flan au crabe



Flan au crabe cookeo

Ingrédients pour 4 pots

2 petites boites de crabe
5 œufs
4 cuillères à soupe de crème fraîche
1 petite boite de concentré de tomates
Sel
Poivre
Ciboulette
Persil

Préparation

Dans un saladier mélangez le crabe, les œufs, le concentré de tomates.
Ajoutez ensuite le persil, la ciboulette.
Salez et poivrez.
Versez la préparation dans des ramequins ou un moule qui va dans la cuve du cookeo.
Filmez le moule ou les ramequins.
Versez 200 ml d'eau dans la cuve.
Déposez le moule ou les ramequins dans le panier vapeur puis le panier vapeur dans la cuve.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 20 mn.

Quand la cuisson est terminée laissez refroidir à l'air libre puis placez au frigo.
Dégustez froid

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

Flan thon tomates

Cookeo Moulinex

Flan thon tomates

Ingrédients pour 4 pots

1 petite boite de thon
2 œufs
2 cuillères à soupe de crème fraîche
2 cuillères à café de concentré de tomates
Sel
Poivre
Persil déshydraté

Préparation

Dans un saladier déposez le thon puis cassez les œufs et mélangez.
Ajoutez ensuite les 2 cuillères à soupe de crème fraîche.
Saupoudrez de persil, salez et poivrez.
Versez la préparation dans des ramequins puis filmez les ramequins.
Versez 200 ml d'eau dans la cuve puis déposez le panier vapeur. Disposez les ramequins dans le panier vapeur.
Programmez 25 mn de cuisson rapide.

Quand la cuisson est terminée ouvrez cookeo et laissez refroidir 15 mn.
Au bout de 15 mn mettez les ramequins dans le frigo.

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

Fusillis saumon Moulinex

Fusillis au saumon Appli mon cookeo

Ingrédients pour 6 personne(s) :

Basilic ciselé
1.5 jus de citron
15 cl de crème liquide à 15 % mg
225 g de courgettes coupées finement en petits dés
3 càs d'huile d'olive
450 g de saumon fumé coupé en lamelles
500 g de fusilli
62 cl d'eau
Sel et poivre

Résumé :

Préparer les ingrédients.
Ciseler le basilic.
Mettre l'eau, l'huile d'olive et les pâtes dans la cuve. Mélanger, saler et fermer.
Cuisson sous pression : 5 min
Ajouter crème, jus de citron, saumon fumé, courgettes crues, basilic et poivrer.
Servir !

Fusillis au saumon

Fusilli au saumon

	2	4	6
Fusilli	160 g	320 g	500 g
Eau	22 cl	43.5 cl	62 cl
Saumon fumé, en lamelles	150 g	300 g	450
Crème liquide 15 % MG	75 g	100 g	150 g
Courgettes, en petis dés	75 g	150 g	225 g
Jus de citron	1/2	1	1.5
Huile d'olive	1 cs	2 cs	3 cs
Basilic frais ciselé			
sel et poivre			

Préparation : 5 mn Cuisson : 5 mn

Mettre l'eau, l'huile d'olive et les pâtes dans la cuve.
Mélanger, saler et fermer.
Cuisson
Ajouter crème, jus de citron, saumon fumé, courgettes crues et basilic.
Poivrer, servir.

Gambas fraîches aux légumes

cookeo

Gambas fraîches aux légumes croquants aillés et persillés au cidre

Lilou Moultipass

Ingrédients :

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

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

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

cookeo

Gratin de thon aux champignons

cookeo

Gratin au thon et aux Champignons

Delphine Kopp

Ingrédients :

Pour 6 personnes :

1 pot de 50cl de crème fraîche
Une grosse boîte de thon (la taille normale d'une conserve)
Une grosse boîte de champignons
1 oignon
2 échalotes
20cl de vin blanc
persillade
Sel

En mode dorer, faire dorer les oignons et les échalotes pendant au moins 5 min. Ajouter ensuite les champignons, la persillade et le vin blanc et laisser en mode dorer 3 min. Ajouter ensuite le thon émincé et la crème fraîche. Laisser le mode dorer juste le temps de chauffer la crème. Arrêter de dorer. Verser dans un plat a gratin, saupoudrer de chapelure et de gruyère râpé. Puis mettre dans le four a 180° le temps de gratiner

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

cookeo

Gambas à l'armoricaine

Hachis parmentier de poissons

cookeo

Hachis parmentier de poisson aux petits légumes et épices landais de Sandrine

Sandrine Pellot

Ingrédients :

Pour 8 cocottes :
- 600 gr de poisson blanc coupé en grosses parts (cabillaud par exemple, mais poisson blanc au choix, gare à certains qui sont très épineux)
- ½ aubergine en cubes, ½ poivron rouge en cubes, 2 carottes en cubes, 1 oignon haché
- 1 grosse tomate pelée coupée en morceaux
- 2 gousses d'ail hachées, 2 branches de persil plat hachées,100 gr de lardons allumettes
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 kg de pommes de terre épluchées et coupées en morceaux, ½ yaourt nature
- 200 gr de crème semi-épaisse ou épaisse
- ½ briquette de crème fraiche liquide, sel, poivre
- 1 cuillère à soupe d'épices landais spécial poissons/plancha, 1 feuille de laurier, un peu de lait

chapelure

Mettre les pommes de terre dans le panier-vapeur, avec le poisson déposé dessus. 200 ml d'eau avec la feuille de laurier, 15 minutes cuisson rapide. Réserver.
En mode dorer, faire suer les oignons + lardons dans l'huile d'olive chaude. Ajouter ensuite les légumes coupés en morceaux et bien faire revenir en remuant régulièrement.
Ajouter la tomate, l'ail, le persil et les épices, sel, poivre + un peu d'eau. Lancer cuisson rapide 1 minute. Arrêter la cuisson, verser la crème et remuer.
Écraser à la fourchette le poisson et le mélanger soigneusement aux légumes. Faire une purée onctueuse avec les pommes de terre écrasées à la fourchette + le ½ yaourt et le lait, sel, poivre
Dans chaque cocotte, mettre une couche de préparation légumes/poisson + 1 cuillère à soupe de crème liquide dessus, puis une couche de purée. Un tour de poivre. Saupoudrer de chapelure. Au four en mode gratin (200 degrés, grill) jusqu'à ce que la chapelure soit dorée.

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

cookeo

LEGUMES

Flan courgette carotte

Moulinex cookeo

Flan courgette et carotte

Fanny Der Vartanian

Ingrédients :

(pour 4 personnes)

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

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

Flan de patates douces

cookeo

Flan de patate douce au lait de coco

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

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

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

cookeo

Frites à l'ail

Frites à l'ail

proposée par John Fay

Ingrédients

Quelques pommes de terre
2 gousses d'ail
un petit peu de beurre
un peu d'huile d'olive
un peu d'eau

Épelucher quelques pommes de terre et ciseler en frites.
Émincer 2 gousses d ail.
Se mettre en manuel >dorer
Mettre dans la cuve une bonne lichette de beurre
avec un peu d'huile d olive.
Mettre les frites dans la cuve puis l ail, pendant 10 minutes.
Mettre un peu d eau puis basuler en cuisson rapide pendant 5 minutes. bon appetit !

Fondue de poireaux vache qui rit

cookeo

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/

cookeo

Fusillis au roquefort

Cookeo

Fusillis au roquefort

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

240 g de Fusillis

200 g de roquefort

200 g de crème fraîche

1 cuillère à soupe d'huile d'olive

1verre de lait

Sel

Poivre

Préparation

Position dorer

Versez de l'huile dans la cuve puis versez le verre de lait et ajoutez le Roquefort. Faites le fondre.

Quand vous obtenez un mélange lisse. Réservez la sauce.

Déposez les Fusillis puis versez de l'eau pour couvrir (minimum 200 ml).

Faites cuire les Fusillis en passant par le programme **cuisson rapide** ou **cuisson sous pression 5 mn** (le temps indiqué sur le paquet divisé par 2)

Quand la cuisson est terminée ajoutez à vos pâtes la sauce que vous avez réservée en repassant par la fonction dorer Mélangez et dégustez chaud.

Gaspacho de concombre

Gaspacho de concombre

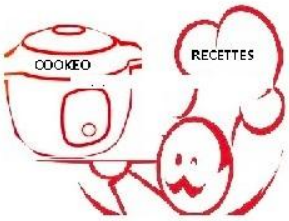
	2	4	6
Concombre, pelé épépiné	1	2	3
Pain de mie, en tranche	1	2	3
Feuilles de menthe fraîche	5	10	15
Citron (jus)	1/8	1/4	1/2
Petit suisse	1	2	3
Ail	1/2	1	2
Eau	25 cl	45 cl	65 cl
Sucre	1 cc	2 cc	3 cc
Goutte de tabasco	3	6	9

Préparation : 10 mn Cuisson : 5 mn

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

Gratin chou fleur

Gratin de chou fleur



315 CAL 8 PP 10 SP

Ingrédients pour 4 personnes

1 kg de chou fleur
1 cuillère à soupe de moutarde
200 ml de crème fraîche
Sel
Poivre
140 g de gruyère râpé
200 g d'oignons
Huile d'olive
200 ml d'eau

Préparation

Sélectionnez le fonction ingrédients puis légumes et fruits . Puis indiquez 1000 g et versez 200 ml d'eau / Placez ensuite le panier vapeur . Lancez la cuisson avec un départ immédiat. Quand la cuisson est terminée égouttez les choux fleur puis déposez les dans un plat qui va au four .

Préchauffez votre four à 180 ° .

Passez en mode dorer et versez de l'huile d'olive dans la cuve . Faites dorer les oignons puis ajoutez la crème fraîche et la moutarde.

Versez la préparation sur les choux fleur puis saupoudrez de gruyere râpé .

Placez le plat au four entre 20 et 30 mn à 180 °

Servez chaud

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

Gratin dauphinois maison

GNOCCHIS

Gnocchis tartare poulet

cookeo

Gnocchis façon tartare et poulet

Pour 3pers.
-300 g de gnocchis
-300g de blanc de poulet
-1/2 pot de tartare ail fines herbes
-2 càs de crème fraîche
-150 cl de bouillon de volaille
-50 cl vin blanc.
-1 oignon/1càs de maïzena

Dorer oignons et blancs de poulet coupés en morceaux.
Rajouter tous les autres ingrédients.
Cuisson rapide 3 minutes.
Rajouter la maïzena ,cuisson 1 min ou arrêter en fin de préchauffage.

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

cookeo

Gnocchis lardon roquefort

Moulinex cookeo

Gnocchis
aux lardons et roquefort

Elodie Manuel

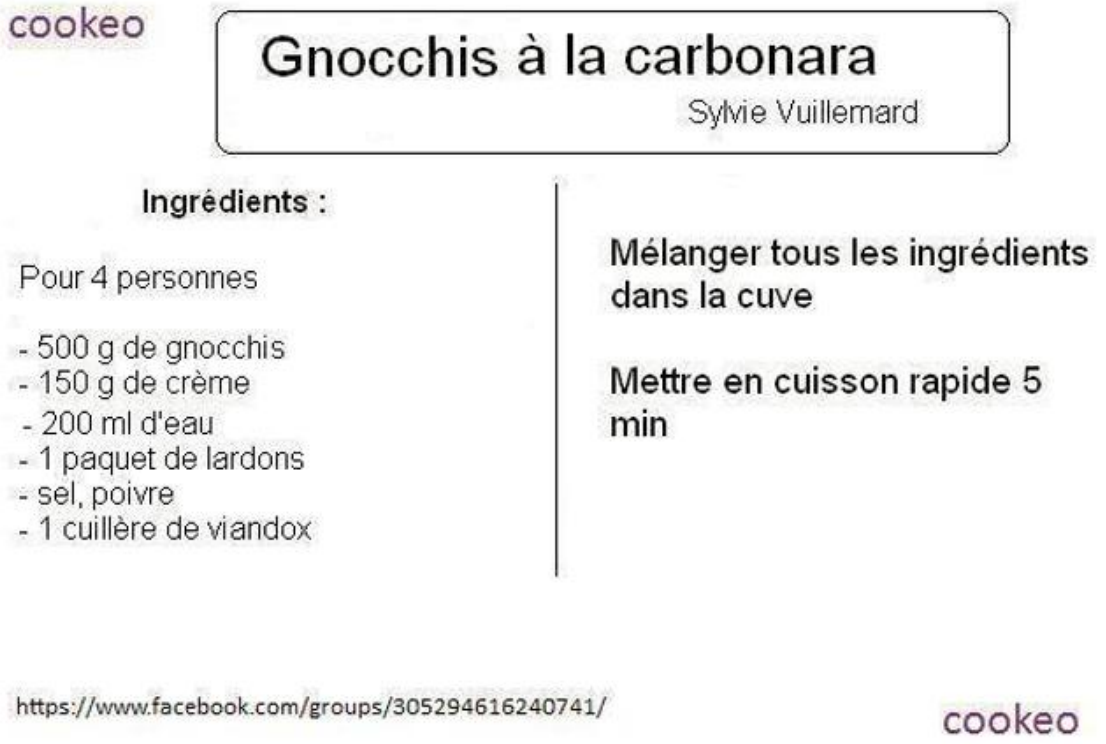
Ingrédients :

Pour 4 personnes:
400g de gnocchis,
Une boite de lardons,
20cl de crème fraiche,
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 ingredients dans le cookéo et suivre la recette gnocchis au safran!!
cuisson 5 mn!!
un vrai régal

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

Gnocchis à la carbonara



Gnocchis au camembert

Gnocchis aux 4 fromages

Gnocchis aux 4 fromages

proposée par Marie-Ange Rottino

Ingrédients

pour 6 personnes:

800 gr de gnocchis,

250 ml de vin blanc,

30 ml d'eau,

2 pots de crème fraîche épaisse (17 ml x 2),

du parmesan (en morceau),

du cantal,

du gorgonzola

du comté

sel, poivre,

une CAS d'ail haché

J'ai sélectionné la recette Gnocchis au safran, pour 6 personnes, j'ai mis 800 gr de gnocchis, 250 ml de vin blanc, 30 ml d'eau, 2 paquets de crème fraîche épaisse (17 ml x 2), du parmesan (en morceau), du cantal, du gorgonzola et du comté (en ce qui concerne le fromage pour chacun j'ai mis entre 120 et 150 g et coupé en morceau), sel, poivre, une CAS d'ail haché et hop à la cuisson 5 mn.

Bon appetit un vrai délice !

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

Gnocchis chèvre bacon

Moulinex cookeo

Gnocchis au chèvre et bacon

Aurélie Garcia

Ingrédients :

(2 pers):
- **400gr de gnocchis**
- **1 buche de chèvre (coupée en dès)**
- **4 tranches de bacon**
- **1 briquette de 20 cl de crème liquide semi-épaisse**
- **150 ml d'eau**
- **parmesan**
- **sel & poivre**

Mettre le cookéo en mode dorage,

Faire revenir les tranche de bacon, les réserver et arrêter la cuisson.

Mettre dans le cookeo tous les ingrédients, mélanger et lancer la recette préprogrammée"gnocchis au safran" (5mn).

Rajouter le bacon coupé en lamelles au moment de servir et un peu de parmesan.

Un délice!

Gnocchis tomate et safran

gnocchi tomate et safran

	2	4	6
Gnocchi	270 g	540 g	810 g
Coulis de tomate	50 g	100 g	150 g
Eau	10 cl	10 cl	15 cl
Safran	2 pinc.	3 pinc.	3 pinc.
Crème fraîche épaisse	40 g	60 g	90 g
Basilic frais ciselé	1 cs	2 cs	3 cs
Sel et poivre			

Préparation : 5 mn Cuisson : 3 mn

Préparation :
PLacer tous les ingrédients dans la cuve sauf le basilic
Bien mélanger et fermé

Gnocchis au saumon

Moulinex cookeo

Gnocchis de pomme de terre au saumon (échalote ciboulette)

Caroline Matthéo Timéo Caro

Ingrédients :

Pour 3/4 personnes

- 500 g de gnocchis de pomme de terre
- 200 g de tranches de saumon (fumé ou non)
- un pot de 250 ml de boursin cuisine échalote ciboulette
- 200 ml d'eau
- sel/poivre
- Noisette de beurre (facultatif)

Préparation :

* En mode préchauffage, mettre une noisette de beurre et faire dorer les 500 g de gnocchi durant le préchauffage.
* Passer en mode recette > plats > gnocchis au safran et mettre dans la cuve :
- 200 ml d'eau
- le pot de boursin cuisine échalote ciboulette
- 200 g de saumon (tranches coupées)
- sel poivre
* Mélanger
* Lancer la cuisson comme indiqué (temps de cuisson 5 minutes)

Gnocchis au curry

cookeo

Gnocchis au curry

Sylvie Vuillemard

Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 500 g de gnocchis
- 150 g de crème
- 200 ml d'eau
- 5 ml de curry
- sel, poivre

Mélanger tous les ingrédients dans la cuve

Mettre en cuisson rapide 5 min

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

cookeo

Gnocchis au safran

Gnocchis au Safran

proposée par Abdel Alaoui

Ingrédients

Ingrédients pour 2 personnes :

- Gnocchi de pomme de terre : 250g
- Crème liquide : 150g
- Ail haché : 1/2cs
- Safran : 1cs
- Eau : 200 ml
- Sel et poivre

recette en vidéo

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

Harira de légumes

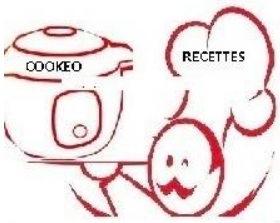
Harira aux légumes

	2	4	6
Pois chiche cuits	120 g	240 g	360 g
Vermicelles fins	30 g	60 g	90 g
Oignons émincés	30 g	60 g	90 g
Carottes émincées	50 g	100 g	150 g
Concassée de tomate en boite	250 g	500 g	750 g
Sel et poivre			
Cumin en poudre	1/3 cc	2/3 cc	1 cc
Eau	35 cl	70 cl	105 cl
Coriandre fraîche hachée	1 cc	2 cc	1 cs

2P Préparation : 10 mn Cuisson : 3 mn
2P Préparation : 10 mn Cuisson : 3 mn
2P Préparation : 10 mn Cuisson : 2 mn

Préparation :
Placer tous les ingrédients sauf la coriandre dans la cuve.
Préchauffage.
Ajouter la coriandre ciselée et servir.

Haricots verts forestiers



Haricots verts forestiers

155 CALORIES 4 PP 3 SP

Ingrédients pour 4 personnes
400 g de haricots verts
400 g de champignons de Paris
100 g d'oignons
1 échalote
Huile d'olive
Sel
Poivre
200 ml d'eau

Préparation
Mode dorer
Versez l'huile d'olive dans la cuve puis faites revenir les oignons et les morceaux d'échalotes .
Au bout de 2 mn ajoutez les champignons et les haricots verts .
Versez 200 ml d'eau .
Salez et poivrez.
Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 7 mn
Egouttez et servez chaud .

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

Haricots forestiers

Haricots forestiers

	2	4	6
Haricots verts	350 g	700 g	1 kg
Mélange de champiognons	250 g	500 g	700 g
Beurre	15 g	30 g	40 g
Lardons	100 g	200 g	300 g
huile végétale	1 cs	2 cs	3 cs
Persil frais ciselé	1/2 cs	1 cs	1.5 cs
Ail	1	2	3
Eau	10 cl	10 cl	10 cl
Sel et poivre			

Préparation : 15 mn Cuisson : 3 mn

Préparation :
Verser l'huile dans la cuve
Faire sauter les champiognons avec l'ail et els lardons.
Arrêter de dorer.
Ajouter les haricots et l'eau.
Assaisonner.
Cuisson
Ajouter le beurre et le persil.
Mélanger pour faire fondre le beurre et enrober les légumes.

Haricots blancs et carottes fondantes

Moulinex cookeo

Haricots blancs et ses carottes fondantes

Ingrédients :

300 gr d'haricots blancs
250 gr de carottes emincées,
echalote emincées,
gousse d'ail emincée,
250 ml d'eau,
2 kub or,
sel, poivre, persil

Apres avoir fait tremper toute une nuit les haricots dans de l'eau, en moder "dorer" faire revenir les carottes, les haricots, l'ail , les echalotes pendant 5 min .

Ajouter l'eau, le sel , le poivre, les kub or et le persil et faire cuire 30 min en mode cuisson rapide, c'est pret !

DESSERTS

Flan

FLAN

Mireille

1 boite de lait concentré sucré...environ 400gr
3 oeufs
125g de noix de coco

on mélange tout çà +la valeur de la boite de lait..mais en eau
au bain-marie au four environ 20 ou 30 mns...le dessus doit être doré..1 délice

Flan pâtissier sans pâtes

Cookeo

Moulinex

Flan pâtissier sans pâte

Ingrédients

3 œufs
100 g de sucre en poudre
90 g de farine
1 litre de lait
1 sachet de sucre vanillé

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

Préparation

Faites préchauffer votre four à 180°.Beurrer un moule ou un plat

Mode dorer

Versez le lait dans la cuve. Ajoutez la farine, mélangez.
Ajoutez le sucre en poudre puis le sachet de sucre vanillé.
Quand le mélange commence à crépiter ajoutez les œufs battus.
Quand le mélange arrive à ébullition arrêter votre cookeo et versez l'ensemble de la préparation dans un moule ou dans un plat.
Enfournez 1h à 180°.
Laissez refroidir à l'air libre et placer le moule au frigo

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

Flan aux abricots

Cookeo Moulinex

Flan aux abricots

Ingrédients

1 Pâte brisée
90 g de farine
1 sachet de sucre vanillé
100 g de sucre
3 œufs
1 litre de lait
1 petite boite d'abricots au sirop

Préparation

Préchauffez votre four à 180°
Découpez les abricots en morceaux et déposez les sur la pâte .
Battez les œufs dans un saladier.
Mode dorer
Versez le lait dans la cuve et ajoutez la farine en mélangeant à l'aide d'un fouet.
Ajoutez le sucre et le sucre vanillé.
Portez le mélange à ébullition puis ajoutez les œufs battus .
Versez la préparation dans le moule sur la pâte.
Enfournez et faites cuire 1 h à 180°.
Laissez refroidir et dégustez .

Flan chocolat 2

Cookeo Moulinex

Flan pâtissier chocolat sans pâte

Ingrédients

3 œufs
100 g de chocolat noir
80 g de sucre en poudre
90 g de farine
1 litre de lait
1 sachet de sucre vanillé

Préparation

Faites préchauffer votre four à 180°.Beurrer un moule ou un plat
Mode dorer
Versez Le lait dans la cuve puis cassez les morceaux de chocolat et ajoutez les au lait pour les faire fondre.
Quand le chocolat est fondu ajoutez le sucre en poudre, le sucre vanillé et mélangez.
Ajoutez la farine .Portez le mélange à ébullition .
Quand le mélange est à ébullition ajoutez les œufs battus.
Versez l'ensemble de la préparation dans un moule ou dans un plat.
Enfournez minimum 40 mn à 180°.

Flan au chocolat 1

cookeo

Flan au chocolat

-1l de lait
-6 oeufs
-150 g de sucre
-5 cas de chocolat en poudre
-caramel

Tiédir le lait au micro-ondes.
Dans un saladier, battre les oeufs, le sucre et le chocolat. Ajouter le lait. Bien mélanger. Tout mettre dans un moule caramélisé.
Mettre le moule dans la panier, avec 2 cm d'eau au fond de la cuve.
Cuisson rapide 10 mns.

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

cookeo

Flan au lait

Flan au lait

Ingrédients :

Pour 5 personnes (5 ramequins)

- 2 œufs
- 300ml de lait
- 40 gr de sucre
- 4 sachets d'extrait de vanille ou une gousse de vanille
- 200 ml d'eau

- Mélangez le sucre et les œufs, ajoutez l'extrait de vanille 4 sachets ou gousse de vanille
- Chauffez le lait et ajoutez le au mélange, remplir les ramequins et les couvrir de film alimentaire.
- Verser 200 ml de d'eau dans la cuve, placer le panier vapeur et disposer vos ramequins.
- Choisir programme brocolis mettre 400g et cuisson 5min.
- En fin de cuisson laisser 1 min encore au chaud.
- Faite refroidir. Si ça vous dis faites un caramel au fond de vos ramequins (sucre et eau cuire au micro onde 2 min, vérifier la cuisson)

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

cookeo

Flan au lait et noisettes

Flan au lait et noisettes

Ingrédients :

Pour 5 personnes (5 ramequins)

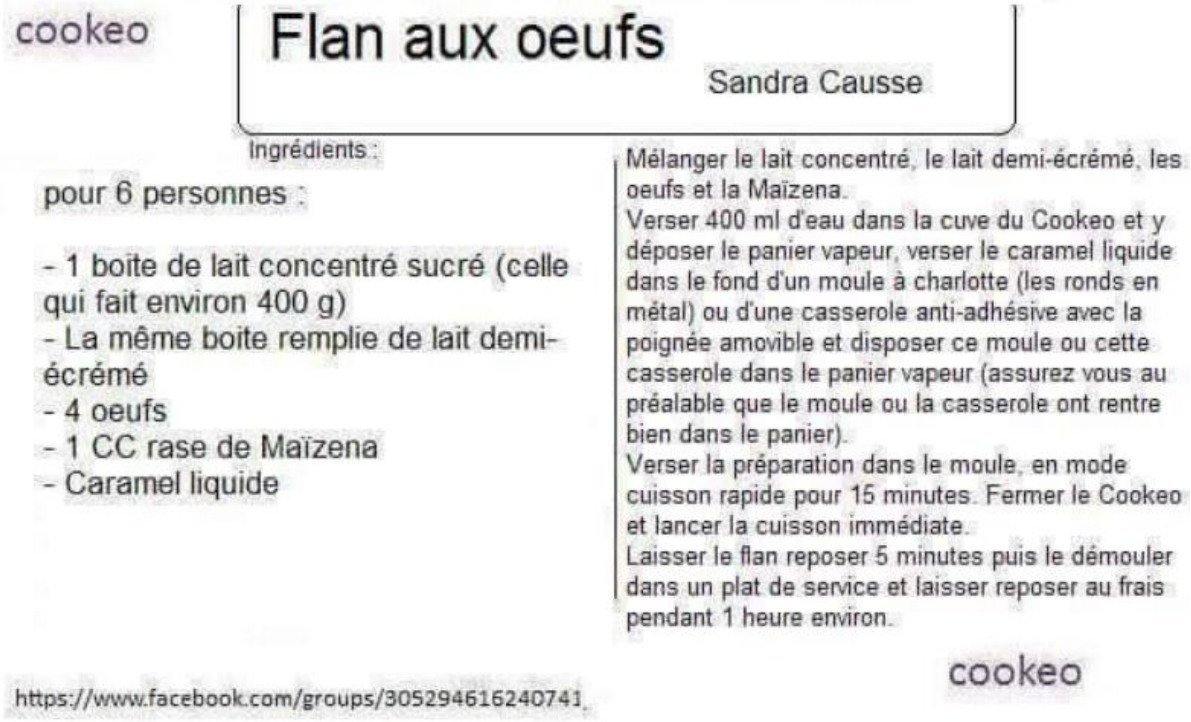
- 5 œufs
- 750ml de lait
- 80g de noisettes
- 80 gr de sucre
- 1sachets d'extrait de vanille ou une gousse de vanille
- 200 ml d'eau

- Mélangez le sucre et les œufs, ajoutez l'extrait de vanille 4 sachets ou gousse de vanille
- Chauffez le lait et ajoutez le au mélange, remplir les ramequins et les couvrir de film alimentaire.
- Verser 200 ml de d'eau dans la cuve, placer le panier vapeur et disposer vos ramequins.
- Choisir programme brocolis mettre 400g et cuisson 5min.
- En fin de cuisson laisser 1 min encore au chaud.
- Faite refroidir. Si ça vous dis faites un caramel au fond de vos ramequins (sucre et eau cuire au micro onde 2 min, vérifier la cuisson)

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

cookeo

Flan aux oeufs



cookeo

Flan aux oeufs

Sandra Causse

Ingrédients :

pour 6 personnes :

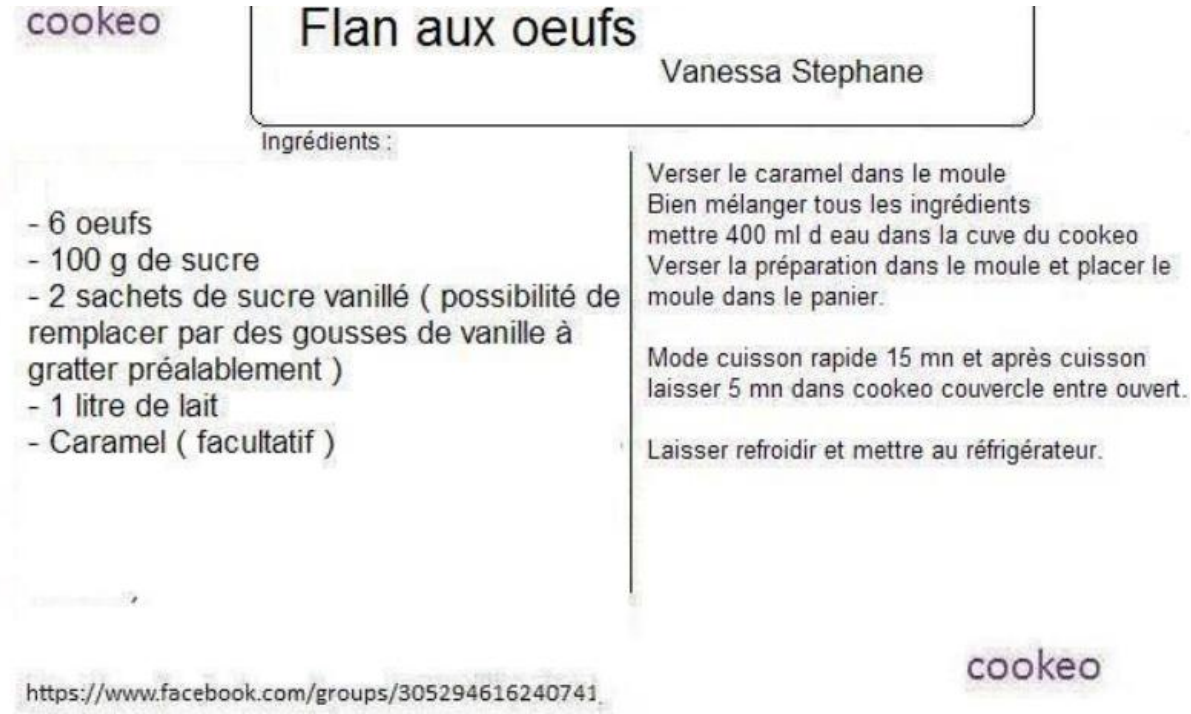
- 1 boite de lait concentré sucré (celle qui fait environ 400 g)
- La même boite remplie de lait demi-écrémé
- 4 oeufs
- 1 CC rase de Maïzena
- Caramel liquide

Mélanger le lait concentré, le lait demi-écrémé, les oeufs et la Maïzena.
Verser 400 ml d'eau dans la cuve du Cookeo et y déposer le panier vapeur, verser le caramel liquide dans le fond d'un moule à charlotte (les ronds en métal) ou d'une casserole anti-adhésive avec la poignée amovible et disposer ce moule ou cette casserole dans le panier vapeur (assurez vous au préalable que le moule ou la casserole ont rentre bien dans le panier).
Verser la préparation dans le moule, en mode cuisson rapide pour 15 minutes. Fermer le Cookeo et lancer la cuisson immédiate.
Laisser le flan reposer 5 minutes puis le démouler dans un plat de service et laisser reposer au frais pendant 1 heure environ.

cookeo

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

Flan aux oeufs 2



cookeo

Flan aux oeufs

Vanessa Stephane

Ingrédients :

- 6 oeufs
- 100 g de sucre
- 2 sachets de sucre vanillé (possibilité de remplacer par des gousses de vanille à gratter préalablement)
- 1 litre de lait
- Caramel (facultatif)

Verser le caramel dans le moule
Bien mélanger tous les ingrédients
mettre 400 ml d eau dans la cuve du cookeo
Verser la préparation dans le moule et placer le moule dans le panier.

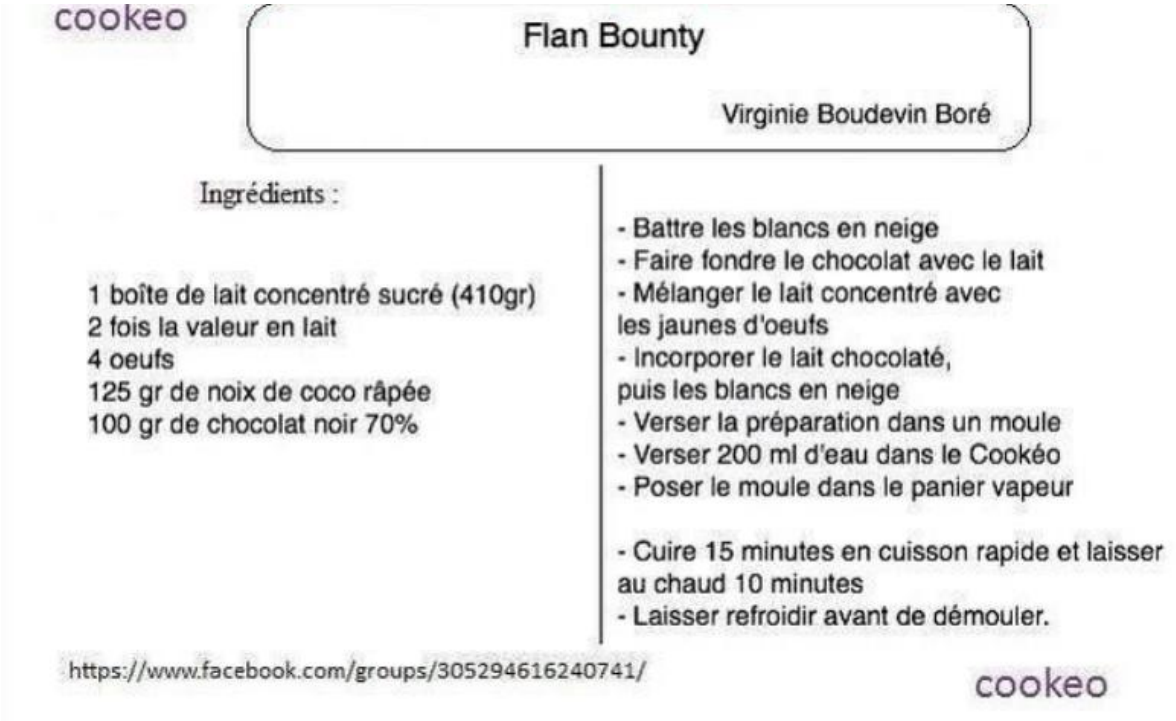
Mode cuisson rapide 15 mn et après cuisson laisser 5 mn dans cookeo couvercle entre ouvert.

Laisser refroidir et mettre au réfrigérateur.

cookeo

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

Flan Bounty


cookeo

Flan Bounty

Virginie Boudevin Boré

Ingrédients :

1 boîte de lait concentré sucré (410gr)
2 fois la valeur en lait
4 oeufs
125 gr de noix de coco râpée
100 gr de chocolat noir 70%

- Battre les blancs en neige
- Faire fondre le chocolat avec le lait
- Mélanger le lait concentré avec les jaunes d'oeufs
- Incorporer le lait chocolaté, puis les blancs en neige
- Verser la préparation dans un moule
- Verser 200 ml d'eau dans le Cookéo
- Poser le moule dans le panier vapeur

- Cuire 15 minutes en cuisson rapide et laisser au chaud 10 minutes
- Laisser refroidir avant de démouler.

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

cookeo

Flan traditionnel portugais

cookeo

Flan traditionnel portugais

Sonia Manuel

Ingrédients

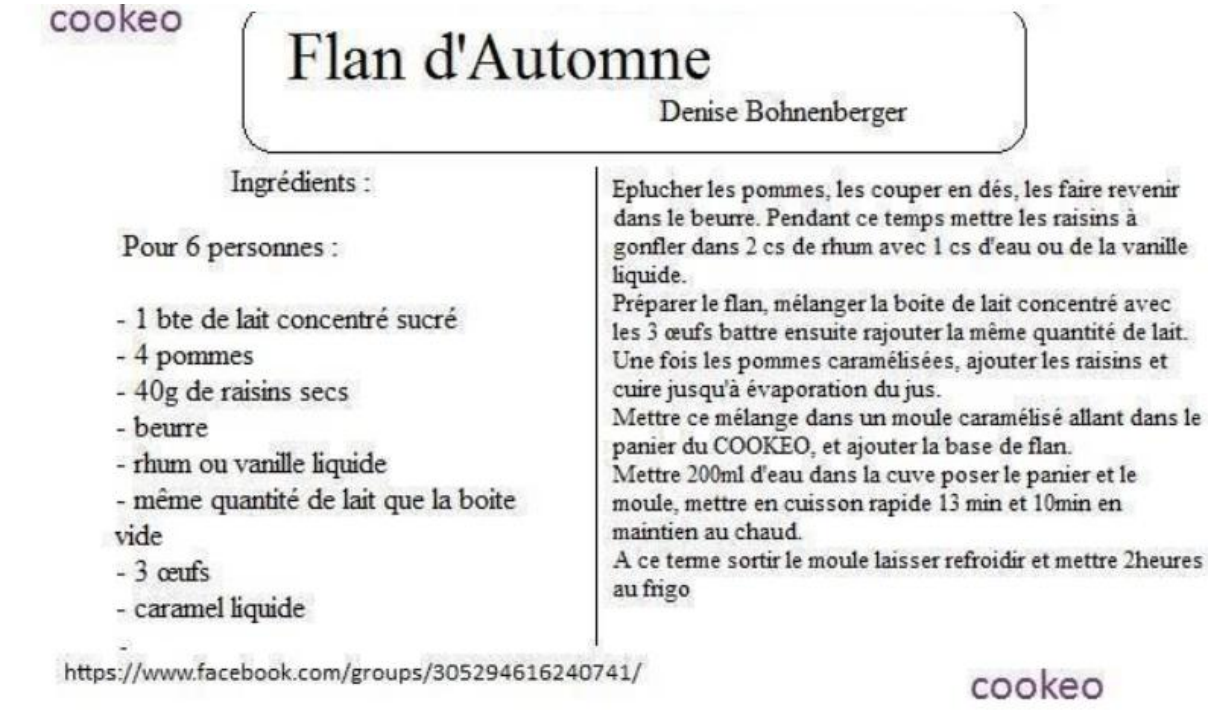
- 10 oeufs (9 entier et un jaune)
- 6 cuilleres a soupe ras de sucre
- un sachet vanillé
- 1 demi litre lait entier
- un bouchon de porto Rouge

on melange le tout on le met dans un moule caramélisé au préalable et 12 mn cuisson rapide , et 20 mn au maintien au chaud , et direction frigo 2 a 3 h

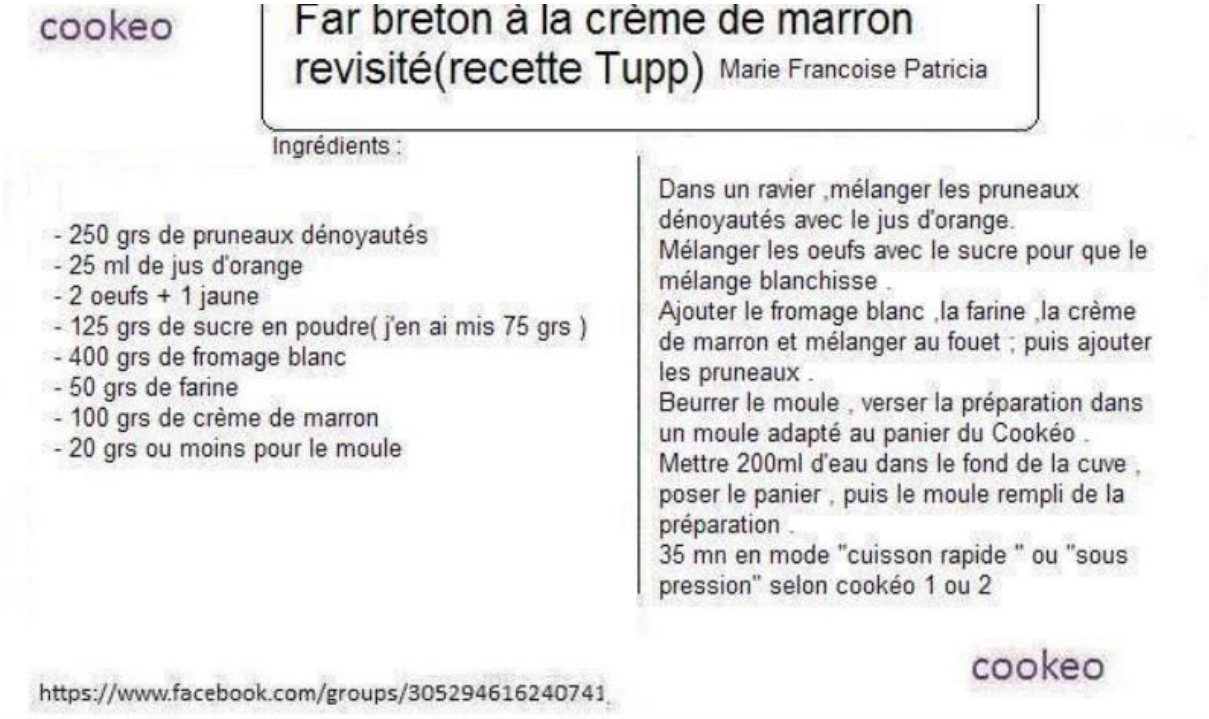
https://www.facebook.com/groups/305294616240741

cookeo

Flan d'Autonme



Far breton à la crème de marron



Fondant au chocolat

Cookeo

Moulinex

Fondant au chocolat

Jess Marliat

Ingrédients

- 4oeufs
- 180gr chocolat
- 125gr beurre
- 100gr sucre
- 100gr farine

Mélanger les œufs et le sucre ensemble puis rajouter la farine, puis faire fondre le chocolat avec le beurre, mélangez le tout.....
Mettre 150 ml d'eau dans la cuve et 10 a 12 min en cuisson rapide dans le panier vapeur

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

cookeo

GATEAUX

Gâteau de semoule au fromage

Gâteau de semoule au fromage

	2	4	6
Lait	230 g	460 g	700 g
Miel dur	40 g	80 g	120 g
Semoule de blé fine	33 g	65 g	100 g
Fromage frais (Kiri)	70 g	140 g	220 g

Préparation : 5 mn

Préchauffage
Ajouter lait, fromage et miel.
Mélanger pour faire fondre le fromage.
Ajouter la semoule.
Mélanger jusqu'à épaississement.
Verser dans un moule flexible.
Filmer;
Placer au froid.
Démouler et servir !

Gâteau à l’ananas

cookeo

GATEAU A L'ANANAS

Veronique Billot

Ingrédients :

Pour 6 à 8 personnes :

- 2 œufs,
- 100 g de beurre,
- 100 g de sucre,
- 100 g de farine,
- 1 sachet de levure chimique,
- 1/2 boîte d'ananas au sirop
- 2 cuillerées à soupe de caramel liquide (maison ou tout-fait)

Egoutter les ananas. Beurrer un moule de 18 cm de diamètre.
Dans un saladier, fouetter le beurre ramolli avec le sucre. Ajouter les œufs un par un, puis la farine mélangée avec la levure. Verser le caramel au fond du moule, disposer les ananas (joliment, puisqu'ils vont se retrouver sur le dessus une fois le gâteau démoulé) puis verser la pâte.
Couvrir le moule d'un film alimentaire. Mettre 300ml d'eau, et mettre le moule dans le panier à vapeur.
Mettre à cuire 35 min .

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

cookeo

Gâteau à l'harissa

Gateau a l'harissa (gateau tunisien)

Delphine David Boissy-Sabba

Ingrédients :

250g de poudre d'amandes,
100 g de sucre,
125g de semoule fine,
3 oeufs,
amande amère (3 gouttes),
1 CS de fleur d'oranger,
1 sachet de levure chimique,
1 sachet de sucre vanillé.
Sirop: 200g de sucre, 1 sachet de sucre vanillé, 1/2 verre de jus d'orange, 80 cl d'eau.

Melanger tous les ingredients et les mettre dans un plat dans le panier vapeur, avec un fond d'eau dans la cuve et cuisson rapide 25 mn.
Entre temps preparer le sirop : dans une casserole mettre tous les ingredients du sirop et porter a ebulition pendant 5 mn.
Une fois le gateau cuit, le laisser dans son plat, le couper en petits carré, et verser une partie du sirop dessus, laisser imbiber un petit 1/4 d'heure et recommencer. Normalement en 2x le gateau doit etre bien imbibé, si ce n'est pas le cas, recommencer une 3eme fois. Laisser refroidir et régalez vous :)

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

cookeo

Gâteau au chocolat

cookeo

Gateau au chocolat

Laëtitia Hanvic

Ingrédients :

* 2 oeufs
* 150gr de sucre
* 200gr de farine
* 1 sachet de levure
* 100ml de lait
* 125gr de beurre
* 6 cuillères de chocolat patissier en poudre

- Mélanger la farine , le sucre , la levure , les oeufs et le chocolat
- Pendant ce temps faire fondre 40 secondes le beurre au micro-onde
- Rajouter le beurre fondu à la préparation
- Mettre 15min en cuisson rapide
- Ouvrir le cookeo et rabaisser le couvercle et laisser 10min refroidir
- Une fois bien refroidit sortir les gateaux des moules

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

cookeo

Gâteau au yaourt

Cookeo Moulinex

Gâteau au yaourt

Ingrédients

1 pot de yaourt
3 pots de farine
2 œufs
2 cuillères à café d'arome vanille
1 pot de crème fraîche
1 pot de sucre
1 sachet de levure chimique
300 ml d'eau
Film alimentaire
Moule 18 cms

Préparation

Dans un saladier ajoutez le yaourt, la crème fraîche, le sucre, la farine, les œufs, le sachet de levure et les 2 cuillères à café d'arôme vanille. Beurrez le moule
Versez la préparation dans le moule. Filmez le moule.
Verse 300 ml d'eau dans la cuve et déposez le moule dans le panier vapeur et le panier vapeur dans la cuve.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez au minimum 30 mn

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

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

Gâteau au chocolat au Banania

Cookeo Moulinex

Gâteau au chocolat Banania

Ingrédients

200 g de farine
200 g de chocolat en poudre Banania
50 g de sucre en poudre
1 sachet de levure
100 g de margarine
300 ml de lait

Dans un saladier versez la farine puis le lait. Fouettez les ingrédients .
Faites fondre la margarine au micro-ondes ou dans une casserole.
Mélangez ensuite avec le chocolat en poudre Banania. Incorporez la margarine fondue puis le sucre en poudre .
Ajoutez maintenant le sachet de levure.
Versez 200 ml d'eau dans la cuve . Déposez le panier vapeur , beurrer le moule .
Versez la préparation dans le moule puis le moule dans le panier vapeur.
Passez en mode cuisson rapide ou cuisson sous pression 18 mn .
Laissez refroidir puis démoulez votre gâteau .

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

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

Gâteau au chocolat Nesquick sans oeuf

cookeo

Gâteau au chocolat Nesquik sans œufs

Laëtitia Hanvic

Ingrédients :

Pour 8 personnes :

- 200 g de farine
- 200 g de chocolat en poudre Nesquik
- 50 g de sucre en poudre
- 1 sachet de levure
- 100 g de beurre mou
- 30 cl de lait

Dans un saladier, mélanger la farine, le sucre, la levure, le beurre mou et le lait à l'aide d'un fouet.
Le mélange doit être onctueux, si nécessaire ajouter du lait.
Ajouter le chocolat en poudre et mélanger jusqu'à ce que le mélange prenne une couleur "Chocolat au lait".
Mettre dans 1 plat et le couvrir de film alimentaire
Mettre en mode cuisson rapide 18min
Laisser refroidir puis démouler
Accompagner de crème anglaise

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

cookeo

Gâteau yaourt chocolat

cookeo

Gâteau yaourt carré chocolat

Aurélie Naboulet

Ingrédients :

Pour 6 personnes :
- 2oeufs
- 3 pots de farine
- 1yaourt(pr moi framboise ms peu importe)
- 1sachet levure
- 1sachet sucre vanillée
- 1/2 pot sucre
- 1 pot crème semi liquide

Mélanger tous les ingrédients, mettre dans le moule
Ajouter des carrés chocolat mais les mettres en surface car je les aient enfoncés et du coup ils restent au fond
Mettre au cookeo 35/38 mins dans le panier cuisson avec 300ml d'eau dans la cuve

cookeo

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

Gâteau yaourt Milie

cookeo

Gateau au Yaourt Milie

Emilie Bourbon

Ingrédients :

- 3 oeufs
- 1 pot de sucre
- 1 pot de yaourt
- 1 pot d'huile
- 3 pots de farine
- 1 sachet de levure chimique

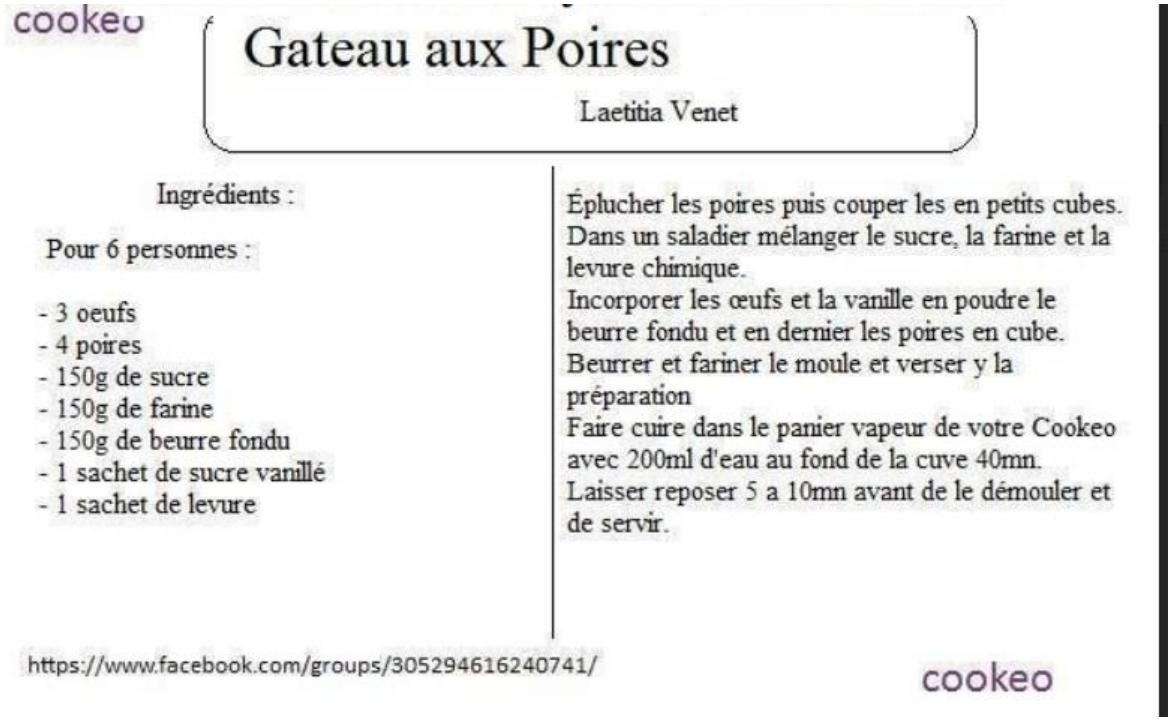
Mélanger les oeufs, le sucre, le yaourt, l'huile, la farine et la levure.
Mettre 75 cl d'eau dans la cuve.
Mettre le moule silicone dans le panier vapeur.
Cuisson rapide 20-30 min

Pour faire un marbré séparer la pate en 2 et ajouter du chocolat.

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

cookeo

Gâteau aux poires


cookeo

Gateau aux Poires

Laetitia Venet

Ingrédients :

Pour 6 personnes :

- 3 oeufs
- 4 poires
- 150g de sucre
- 150g de farine
- 150g de beurre fondu
- 1 sachet de sucre vanillé
- 1 sachet de levure

Éplucher les poires puis couper les en petits cubes.
Dans un saladier mélanger le sucre, la farine et la levure chimique.
Incorporer les œufs et la vanille en poudre le beurre fondu et en dernier les poires en cube.
Beurrer et fariner le moule et verser y la préparation
Faire cuire dans le panier vapeur de votre Cookeo avec 200ml d'eau au fond de la cuve 40mn.
Laisser reposer 5 a 10mn avant de le démouler et de servir.

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

cookeo

Gâteau aux pommes épicées

Moulinex cookeo

Gâteau aux pommes épicées

Ingrédients :

Pour 4personnes

3pommes golden,
135g de beurre,
140g de sucre,
2oeufs,
175 g de farine,
1sachet de levure,
1cuillère à café d'épices à gâteaux.

1°éplucher et couper en petit cubes les pommes, et garder un quart de pommes pour la décoration
2° En mode manuel, dorer, faire fondre 5g de beurre et 15g de sucre. Une fois tout fondu
3° ajouter les cubes de pommes et laisser dorer.
4° mettre la préparation de côté et nettoyer le cookéo
5° travailler dans une jatte 125g de beurre avec 125g de sucre. Mélanger et ajouter les œufs.
6° ajouter le mélange farine et levure.
7° une fois les cubes refroidi ajouter les à la pate
6° ajouter le mélange farine et levure.
7° une fois les cubes refroidi ajouter les à la pate
et insérer la cuillère d'épice.
8° prendre le papier vapeur et y placer du papier cuisson (il va nous servir de moule), y déposer la pate, et l'entourer entièrement de film alimentaire.
9° mettre 75cl d'eau dans la cuve cookeo et y placer le panier
10° mode cuisson rapide timing 25min
11° attendre qu'il refroidisse pour démouler et décorer le dessus selon vos envies.

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

C'est succulent

Gâteau pommes cannelle

cookeo

Gâteau aux pommes et à la cannelle

Catherine Felt

Ingrédients :

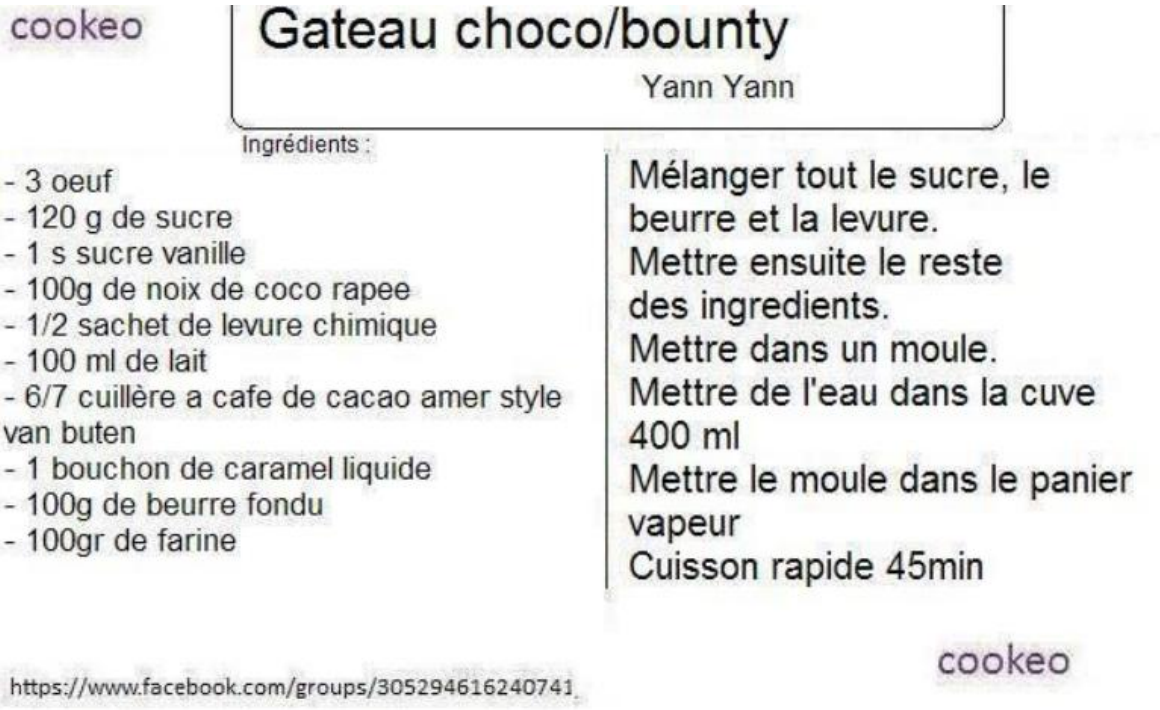
- 3 pommes types golden coupées en dés
- 1 bâton de cannelle
- 1 càs d'eau
- 2 càs de beurre
- 2 càs de sucre

Faire compoter les pommes dans 1 casserole à feu doux pendant 15 min à couvert avec les ingrédients ci dessus
Pendant ce temps:
Mélanger: 125g de beurre avec 125g de sucre et 3 œufs
Rajouter 200g de farine, 1 sachet de levure chimique et 1 sachet de sucre vanillé(facultatif)
Ajouter à ce mélange les des de pommes compotés en enlevant le bâtonnet de cannelle
Mettre dans 1 moule recouvert de film transparent spécial haute température
Mettre 750ml d'eau dans la cuve et mettre le panier vapeur avec le moule dedans
Cuisson rapide 40 min
Laisser refroidir et déguster

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

cookeo

Gâteau choco bounty



cookeo

Gateau choco/bounty

Yann Yann

Ingrédients :

- 3 oeuf
- 120 g de sucre
- 1 s sucre vanille
- 100g de noix de coco rapee
- 1/2 sachet de levure chimique
- 100 ml de lait
- 6/7 cuillère a cafe de cacao amer style van buten
- 1 bouchon de caramel liquide
- 100g de beurre fondu
- 100gr de farine

Mélanger tout le sucre, le beurre et la levure.
Mettre ensuite le reste des ingredients.
Mettre dans un moule.
Mettre de l'eau dans la cuve 400 ml
Mettre le moule dans le panier vapeur
Cuisson rapide 45min

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

cookeo

Gâteau chocolat banane

cookeo

Gâteau Chocolat/Bananes

Fabienne Lo Bue Gabelle

Ingrédients :

pour 8 petits moules :

- 125 gr de beurre
- 3 oeufs
- 100gr de sucre
- 25 gr de farine
- 2 ml de vanille liquide
- bananes (ou n'importe quel autre fruit)

Faire fondre 125 gr de beurre au micro onde
Ajouter les oeufs et lee sucre puis la farine et la vanille liquide
Bien mélanger le tout
Couper des morceaux de bananes en dés (ou n'importe quel autre fruit)
Mettre la préparation dans les moules au 3/4, enfoncer les morceaux de fruits que vous aurez choisies
Mettre de l'eau dans la cuve (pas trop)
Déposer le panier avec les moules
Fermer le cookeo et mettre en cuisson rapide 8 MN

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

Gâteau de pain perdu

cookeo

Gateau de pain perdu

Ingrédients :

- 400gr de pain perdu
- 1/2 l de lait
- 2 oeufs
- 150 gr de sucre

Battre les oeufs et le sucre.
Ajouter le lait chaud
Faire tremper le pain en morceaux 15 min
Tout mettre dans le moule
Mettre 500 ml d'eau au fond de la cuve, et le moule dans le panier vapeur.
Cuisson 30 minutes sans couvrir
Laisser refroidir et démouler

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

Gâteau léger à l'ananas

Moulinex cookeo

Gateau léger à l'ananas

Catherine Millet

Ingrédients :

1 petite boite oreillons d'abricots ou ananas en tranche,
3 oeufs,
3cuil à soupe de canderel,
3 cuil à soupe de maizena,
1 cuil à soupe de farine,
2 cuil à soupe beurre (type planta fin)
- eau 150 ml ds le fond du cookéo et panier vapeur -

On sépare les blancs des jaunes, on mélange jaune avec sucre (mélange doit devenir bien blanc) ajouter le beurre, la farine et la maizena, battre les blancs en neige puis les incorporer, on met des fruits au fond du moule puis on recouvre de pâte- cuire environ12 mn cuisson rapide

Gâteau moelleux au carambar

cookeo

Gâteau moelleux au carambar

Aurélie Eck 'Bailly'

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

~ Environ 30 Carambar
~ 100g de farine
~ 1/2 sachet de levure
~ 75g de beurre
~ 3 oeufs
~ 1 cuillère a soupe de Crème fraiche
~ 150g de sucre

~ Faire fondre les carambar avec le beurre (2 min au micro onde)
~ Séparer les blancs des jaunes
~ Blanchir les jaunes avec le sucre
~ Ajouter la crème fraîche
~ Ajouter les carambar fondu
~ Mettre une pincée de sel dans les blancs et les monter en neige
~ Incorporer les au mélange en prenant soin de ne pas les "casser"
~ Beurrer votre moule (pour moi c'était ma petite casserole tefal) et versez y la préparation
~ Dans le cookeo versez 75 cl d'eau
~ Mettre le moule dans le panier à vapeur en position basse
~ Fermer le cookeo
~ Faire cuire 18/20 min en cuisson rapide

cookeo

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

Gâteau moelleux au chocolat

Gâteau moelleux au chocolat

proposée par Audrey Maury

Ingrédients

- 125 g de chocolat pâtissier,
- 125g de beurre,
- 4 oeufs,
- 100 g de sucre semoule,
- 100g de farine

Mettre le beurre en pomonade, faire fonde le beurre au bain marie avec le sucre,

Séparer les blancs des jaunes

Mélanger le chocolat fondu avec le beurre, ajouter les jaunes d'oeuf en fouettant,

Incorporer la farine, puis monter les blancs en neige et les incorporer délicatement,

Verser la pâte dans un boule beurré (mettre du papier sulfurisé plus pratique pour démouler le gâteau),Couvrir le moule d'un film alimentaire

Dans le cookeo,, verser 75 cl d'eau et mettre le moule dans le panier à vapeur en position haute. Fermer le cookeo.

Faire cuire 9/10 minutes en cuisson rapide...

(le gâteau est moelleux est pas sec).

Faire un joli glaçage au chocolat car le dessus est moins joli que les gâteaux au four.

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

Gâteau moelleux au chocolat 2

cookeo

Gâteaux moelleux au chocolat

Nol Artaud

Ingrédients :

- 250 de mascarpone
- 4 oeuf entier
- 70 gr de farine
- 100 gr de sucre
- 200 gr de chocolat

Mélanger le tout et mettre dans un plat.

Mettre de l'aluminium sur le moule, et 200 ml d'eau sous le panier vapeur.

En mode cuisson rapide pour 30 min.

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

cookeo

Gâteau moelleux au chocolat 3

cookeo

Gâteaux moelleux au chocolat

Comte Chred

Ingrédients :

-125 g de chocolat pâtissier
-125 g de beurre
-4 œufs
-100 g sucre semoule
-100 g de farine

Faire fondre beurre+chocolat ,puis ajouter le sucre
Ajouter les jaunes d'œuf
Incorporer la farine
Monter les blanc en neige et incorporer délicatement
Répartir dans les tasses ¾ pour moi
Mettre dans panier vapeur (j'ai dû faire en deux fois)
Couvrir d'une assiette ou d'un film
Mettre 75 cl d'eau et mettre le panier vapeur
8 mn cuisson rapide
Moins si les tasses sont petites

cookeo

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

Gâteau nature

Moulinex cookeo

Gâteau nature

Sandy Duvet

Ingrédients :

2 oeufs,
120g de sucre,
10 cl de lait,
100g de beurre fondu,
125 g de farine,
1 sachet de sucre vanillé,
1/2 sachet de levure chimique

Mélanger les oeufs, le sucre, le lait et le beurre fondue ajouter la levure, la farine et mélanger la pate est prête

mettre 40 cl d'eau dans le fond du cookéo poser le panier vapeur et votre moule en silicone cuisson rapide entre 35 à 40 mm

Génoise

Moulinex cookeo

Génoise

Sandy Duvet

Ingrédients :

3 gros oeufs
150 g de sucre
100g de farine
50g de beurre fondu

Dans un récipient versez les oeufs et le sucre placez ce plat dans un autre rempli d'eau bouillante et montez votre génoise 2 à 3 mm au fouet la pâte doit devenir mousseuse ensuite dans cette préparation versez la farine en plusieurs et fois et mélangez a la spatule délicatement puis ajouter le beurre fondu et melangez.

Versez la préparation dans un moule en silicone que vous poserez sur votre panier vapeur mettez dans la cuve de l'eau jusqu'en dessous du panier vapeur et mettez en cuisson rapide 30mm

Gâteau rapide au chocolat

cookeo

Gâteau rapide au chocolat

Ingrédients :
Pour 4 personnes

- 1 tablette de chocolat pâtissier
- 100 g de beurre
- 100 g de sucre
- 1 cuillère a soupe de farine-
- 5 œufs
- 1/2 sachet de levure

- Faire fondre le chocolat avec le beurre
  Séparer les jaunes d'œufs
- Monter les blancs en neige
  Ajouter la farine, le sucre, la levure, les jaunes d'œufs dans le chocolat fondu.
- Incorporer délicatement les blancs.
  Mettre dans le panier vapeur avec du papier sulfurisé recouvrir de film alimentaire et cuisson rapide 8mn

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

cookeo

Glace au Nutella➳➳➳

Cookeo

Glace au Nutella

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 2 personnes

1 oeuf et 1 jaune
20 g de sucre
250 ml de lait
100 g de Nutella

Allumez votre Cookeo et passez en **mode dorer.**

Versez le lait dans la cuve pour le faire chauffer.
Quand le lait est chaud ,versez la préparation et mélangez jusqu'à obtenir une crème lisse.
Ajoutez le Nutella et mélanger jusqu'à obtenir un mélange homogène.
Laissez refroidir .
Versez la préparation au Nutella dans une sorbetière et laisser former la glace pendant 20 mn .

LETTRE IJKL

VIANDES

PORC

Jambon au Chablis

Moulinex cookeo

Jambon à la chablisienne

Sonia Manuel

Ingrédients :

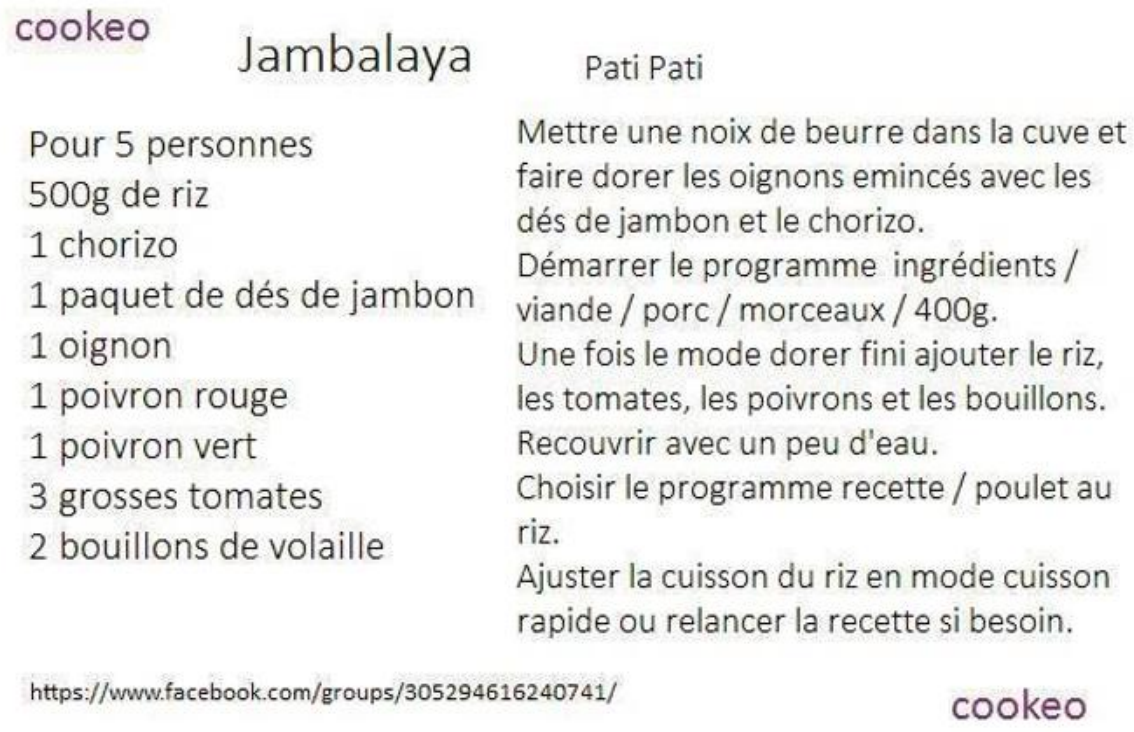
Pour 4 Personnes

tranches de jambon (2 par pers mini)
1 bouteille de Chablis
concentré de tomate (petite boite)
une échalotte (pour ma part je prend la désydratée)
sel, poivre
1 pot de creme fraiche épaisse (le grand pot on peut prendre allégé)

En mode dorer
vider le chablis attendre qu'il ai bien diminué
mettre l'echalotte coupée en morceau
ajouter le concentré de tomate sel et poivre à votre gout
bien remuer
ajouter le pot de creme fraiche.
Si vous trouvez que la sauce est trop liquide vous pouvez l'epaissir.
en parallèle : rouler ses tranches de jambon et les mettre dans la sauce
STOPPER le mode dorer
j'ai eu peur de faire réchauffé mais j'ai mis en maintien au chaud pour que le jambon chauffe aussi
Je pense qu'on peut rechauffer un peu mais attention a la sauce qui peut très vite cramé
Servir avec du riz (fait à part)

Jambalaya à ma façon

Jambalaya



Jambon à poêler façon rustique

Moulinex cookeo

Jambon à poêler façon rustique

Julie Chabanne

Ingrédients :

2/3 personnes

250 ml fond de veau,
-2 poignées de carottes en rondelle surgelées,
-2 grosses pomme de terres coupées en petits cubes,
-4 tranches de jambon â poêler coupées en petits morceaux,
-4 tranches de bacon coupées en petits morceaux,
- ail/persil/ échalote/ poivre selon goût.

Faire dorer dans un filet d'huile d'olive le jambon et le bacon - ajouter les aromates - puis verser les pommes de terrer/carottes. Laisser dorer le tout. - ajouter les 250 ml de fond de veau puis cuisson rapide 8/10 min.
BON APPÉTIT !

Jambon persillé

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.

Jardinière de légumes au lard fumé

Moulinex cookeo

Jardinière de légume au lard fumé

Magali Moreaux

Ingrédients :

Pour 4/5 personnes :

1 sachet de légumes jardiniére (congelé)
1 morceau de lard fumé ou saucisse fumée
6 petites pomme de terre coupées en 4
sel et poivre

Mettre en mode dorer attendre que sa fini aprés mettre 1 sachet de légumes jardiniére, 1 morceau de lard fumé ou saucisse fumée comme vous voulez, mettre 6 petites pomme de terre coupées en 4 , sel et poivre .

Faire chauffer le tout pendant 15 mn bon appétit.

Jardinière pour famille nombreuse

cookeo

Jardinière de légumes pour famille très nombreuse

Katherine Morice

Ingrédients :

Pour 10 personnes :

- 3 oignons,
- feuilles de salade,
- 6 grosses carottes,
- 1,300 kg de petits pois surgelés ou frais,
- sel, poivre,
-un bouillon cube de volaille,
- 100 g de lardons,
- 2 cs de margarine

En mode dorer faites revenir les oignons dans la margarine puis ajouter les lardons. Lorsqu'ils sont dorés ajouter les carottes en petits bâtonnets puis 200 ml d'eau et lancer en cuisson rapide pendant 10 min. Au terme des 10 min, ajoutez les petits pois, les feuilles de salades, du sel, du poivre et le bouillon cube dilué dans 500 ml d'eau et lancer le mode cuisson rapide pendant 10 à 15 min. (J'ai mis en cuisson rapide 10 min puis 1 h en mode maintien au chaud.

cookeo

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

Jarret de porc et mojettes

Moulinex cookeo

Jarret de porc et mojettes (haricot blanc)

Criki Cmoi

Ingrédients :

1 jarret demi sel d'environ 1 kg 300,
250 g de mojettes (haricots blancs) à faire tremper la veille,
2 oignons émincés,
2 à 3 carottes en rondelles,
poivre,
thym et laurier.

Mettre le jarret dans la cuve, le couvrir à moitié d'eau et cuire en cuisson rapide 15 mns.

Réserver la viande, laver la cuve,

en mode dorer
Faire revenir les oignons et les carottes dans du beurre quelques minutes, ajouter les mojettes et remuer quelques secondes, ajouter 800 ml d'eau, le poivre, le thym et le laurier, surtout pas de sel. Poser la viande dessus et remettre en cuisson rapide 25 mns.

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

Jarret de porc fumé aux lentilles

cookeo

jarret de porc fumée aux lentilles

-1 jarret fumé (800g)
-1 oignon
-5 carottes
-bouillon de légumes
-lentilles
-eau

Mettre le jarret, l'oignon haché et les carottes coupées dans la cuve. Recouvrir d'eau, cuisson rapide 20 minutes.En fin de cuisson, ajouter les lentilles, recouvrir d'eau, et mettre le bouillon.
Cuisson rapide 10 minutes.

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

cookeo

Joue de porc au cidre

Moulinex cookeo

Joue de porc au cidre

Nath Lav

Ingrédients :

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

Joue de porc pomme de terre carottes

cookeo

Joue de porc pomme de terre et carottes

Marie-ange Butin

Ingrédients :

Pour 4 personnes :
- 1kg de joue de porc
- 2 oignons
- 3 éclats d'ail
- 5 pdt moyennes coupés en 4
- 4 carottes en rondelles
- 3 clou de girofle écrasé
- thym/sel/poivre
- 1 kub'or/huile d'olive
- 20 cl eau

Emincer l'oignon et l'ail, ajouter à la viande
éplucher les légumes et les détailler en morceaux.
Ajouter thym/sel/poivre/clou de girofle écrasé, le
kub'or et 20 cl eau
Fermer et mettre en cuisson rapide 20 mn en mode rapide.
Pour velouter la sauce mélanger 2 càc de maizena avec un peu d'eau, verser dans le cookéo, mélanger.

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

cookeo

Joue de porc Savora

Joues de porc savora

cookeo

Ingrédients :

Pour 2 personnes :

- 500g de joues de porc
- 1 oignon
- 4 cuillères à soupe de crème fraiche 7%
- 2CS de savora, 20 cl de vin blanc
- haricot vert ou petits pois surgelés

- Mode dorer : passer les oignons et la viandes
- Une fois doré déglacer au vin blanc
- Ajouter la savora passer en cuisson rapide 20min
- Ajouter les légumes cuisson rapide 15 min
- Ajouter la crème fraiche

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

cookeo

BOEUF

Jarret de boeuf au vin rouge➽➽➽

Cookeo

Jarret de boeuf au vin rouge

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

600 g de jarret de boeuf
4 carottes
200 g de champignons de Paris congelés
Poivre
1 cube de bouillon de boeuf
1 oignon
Huile d'olive
250 ml de vin rouge

Préparation

Position dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve pour faire dorer les oignons puis les jarrets de boeuf.
Puis ajoutez les champignons,les carottes,le cube de bouillon de boeuf,le vin rouge,l'eau (250 ml).
Passez en cuisson rapide 1 heure
Servez chaud

Jarret de boeuf à la tomate

Moulinex cookeo

Jarret de boeuf à la tomate

Sabrina André Sassi Torre

Ingrédients :

2 coulis de tomates
600 ml d eau
Une petite boite de petit pois
500g de jaret de boeuf en morceau
2 feuilles de laurier
2 ou 3 sucre celon les gouts
3 oignons

Mode dorer faire revenir les oignons avec la viande dans un fond d huile d olive.
Quand c est dorer ajouter deux briques de coulis de tomate , 600 ml d eau , une petite boite de petit pois , deux feuilles de laurier . " 2 ou 3 sucres si la sauce est acide et le sel.
Passer en mode rapide 35min et c est pret un vrai delice.
Accompagner de pates ou du riz .

Joue de boeuf aux carottes

Joue de bœuf façon chili

Joue de boeuf façon chili

	2	4	6
Joue de boeuf, en cubes	300 g	600 g	900 g
Oignons émincés	1/2	1	1.5
Tomates concassées	200 g	400 g	600 g
poivrons rouge, en dés	100 g	200 g	300 g
Haricots rouges en boite	200 g	400 g	600 g
Eau	7 cl	5 cl	5 cl
Piment frais haché	1/2	1	1.5
Concentré de tomate	1 cs	2 cs	3 cs
Huile végétale	1 cs	2 cs	3 cs
Sel et poivre			

2P Préparation : 15 mn Cuisson : 35 mn
4P Préparation : 15 mn Cuisson : 38 mn
6P Préparation : 15 mn Cuisson : 40 mn

Préparation :
Verser l'huile d'olive dans la cuve.
Préchauffage
Faire dorer la joue de boeuf sur toutes les faces.
Ajouter l'oignon, le piment, le poivron.
Faire revenir jusqu'à ce que le tout soit doré.
arrêter de dorer.
Ajouter le concentré de tomate, la concassée de tomates et les haricots rouge.
Saler et poivrer
Cuisson
servir avec du riz blanc.

LAPIN

Lapin causette

Moulinex cookeo

Lapin à la"Causette"

Causette Lah

Ingrédients :

Pour 2 personnes

- 2 cuisses de lapin
- un oignon
- 100 ml de fond de veau
- 1/2 briquette de crême fraîche
- 1 ou 2 càs de moutarde

Sel poivre

En mode manuel dorer :
Faire dorer le lapin et les oignons pendant environ 7/8 mn

Choisir recette lapin aux olives .
Suivre les instructions .
Vérifier la cuisson du lapin s'il n'est pas assez cuit prolonger la cuisson en mode manuel.

Lapin entrelardé

Moulinex cookeo

Lapin Entrelardé

Isabelle Le Levier

Ingrédients :

Pour 4 personnes
1 lapin entier découpé en morceaux,
Fines tranches de poitrine fumée,
Lardons,
Oignon,
Champignons,
Pruneaux,
Pommes de terre,
Carottes,
Champignons,
40 cl de vin blanc,
50 cl de fond de veau,
Huile d'olive,
Paprika,
Persil,
Sel,Poivre.

Envelopper les morceaux de lapin de tranches de poitrine fumée et maintenir avec un cure dent.
En mode dorer, les faire revenir dans l'huile d'olive. Réserver.
Faire revenir les champignons, les lardons et l'oignon émincé.
Remettre les morceaux de lapin.
Saupoudrer les de farine, bien mélanger.
Ajouter le vin blanc, les PDT coupées en morceaux pas trop gros, les carottes coupées en rondelles, les pruneaux et les épices.
Ajouter de l'eau si besoin, de façon à recouvrir le tout (Attention toutefois à ne pas dépasser le niveau MAXI).
Mode cuisson rapide 7 minutes !!!

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

Lapin aux pruneaux

lapin aux pruneaux

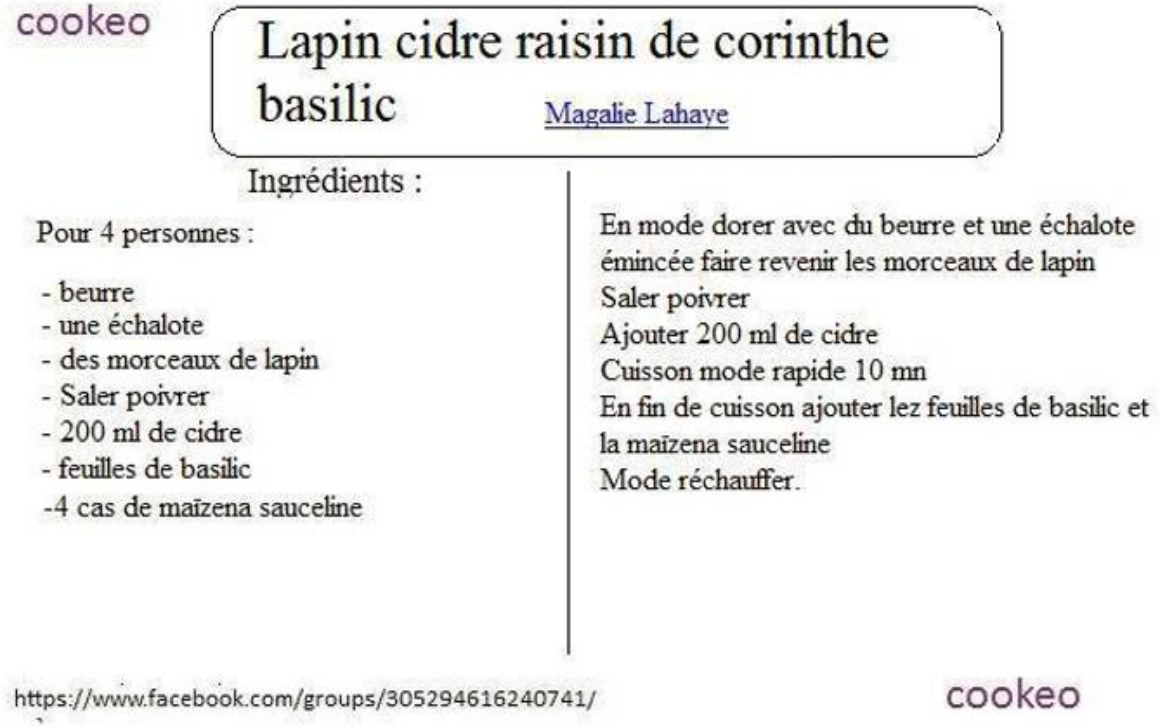
	2	4	6
Cuisses de lapin	2	4	6
Lardons fumés	75 g	100 g	125 g
Oignons émincés	75 g	100 g	125 g
Petites carottes émincées	2	4	6
Pruneaux	12	20	30
Vin rouge	13 cl	20 cl	25 cl
Eau	13 cl	20 cl	25 cl
Huile d'olive	2 cs	2 cs	2 cs
Sel et poivre			

2P Préparation : 15 mn Cuisson : 7 mn
4P Préparation : 15 mn Cuisson : 8 mn
6P Préparation : 15 mn Cuisson : 10 mn

Préparation :
Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage
Colorer les cuisses de lapin farinées dans l'huile chaude
Arreter de dorer.
Ajouter le reste des ingrédients.
Dégustez accompagné de semoule ou de purée de pomme de terre.

Lapin landais

Lapin cidre raisin basilic



Lapin marengo

Moulinex cookeo

Lapin marengo

Criki Cmoi

Ingrédients :

pour 4 personnes

4 râbles de lapin,
3 échalotes,
2 cs de farine rases,
25 cl de vin blanc
1/2 verre d'eau
1 petite boite de concentré de tomates,
champignons,
pommes de terre,
huile d'olive,
sel, poivre,
persil.

En mode dorer, faire revenir les échalotes hachées et le lapin dans l'huile.

Ajouter la farine et bien mélanger. Mettre le vin et l'eau, sel, poivre, persil, concentré de tomates.

Ajouter les champignons et pommes de terre coupées en 2 ou 3 suivant la grosseur.

Mélanger et faire cuire en cuisson rapide 10 mns

Lapin à la moutarde➳➳➳

Cookeo

Lapin à la moutarde

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 5 personnes
1 kg de lapin
200 g d'oignons congelés
200 g de champignons de Paris congelés
1 verre de vin blanc
4 cuillères à soupe de moutarde
Farine
Huile d'olive
Sel
Poivre
1 cube de bouillon de bœuf

mode dorer
Versez de l'huile d'olive dans la cuve ,faites dorer les oignons puis les morceaux de viande
Ajoutez les champignons de Paris. Verser de l'eau avec le bouillon de bœuf émietté
Verser le verre de vin blanc.
Passer en mode **cuisson rapide** et programmer 20 minutes
Réservez les morceaux de viande ,**repassez en mode dorer.**
Versez de la farine dans la cuve et mélangez. Quand la sauce a épaissi replongez les morceaux de lapin dans la cuve . Laissez mijoter 5 mn .

Lapin à la moutarde

cookeo

Lapin à la moutarde et ses légumes

Delphine Guézénec Ratti

Ingrédients

Pour 4 à 5 personnes :
- 4 dos de lapin coupés en 2 (8 morceaux 4 râbles et 4 dessus de cuisses).
- sel / poivre / Cube or.
- Crème liquide
- 200ml
- Moutarde 2 grosses càs
- Légumes au choix (2 courgettes, 1 poivrons, 2 patates douces, 5 carottes, 1 oignons, 3 ou 4 échalotes).

Faire dorer les dos de lapin 4 min. Ajouter la crème et la moutarde. Sel/poivre/cube or/épices au choix (herbes de Provence ou épices relevées selon le goût recherché). Mélanger pour répartir la moutarde sur tous les morceaux. Ajouter quelques rondelles de carotte, oignon, échalotes. Poser le panier vapeur sur les dos et y placer les légumes en morceaux salés et poivrés. Cuisson rapide 15 min

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

cookeo

Lapin aux olives

Lapin aux olives

proposée par cuisinesab

Ingrédients

recette programmée

recette pour 4 personnes :

4 cuisses de lapin
70g d'olives
70ml de jus de tomates
150ml de fond de veau
150g d'oignons

faire revenir le lapin et les oignons pendant 8 minutes

saler, poivrer

ajouter tous le reste des aliments

mélanger

fermer le cookéo

la cuisson dure 7 minutes

dégustez

Lapin Riesling et girolles

Moulinex cookeo

Lapin au Riesling & aux girolles

Corinne Croisille

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

1 lapin
2 bottes d'oignons nouveaux
500g de girolles
150g de poitrine fumée
30cl de Riesling
20cl de crème liquide
3 cuillères à soupe d'huile
sel

Pour la marinade :
50 cl de vin blanc
1 branche de thym
1/2 c. à café de poivre noir en grains

Mettez les morceaux de lapin dans un plat creux. Arrosez-les de vin blanc, parsemez de thym, ajoutez le poivre en grain concassé et laissez mariner deux heures.

Pendant ce temps, épluchez les oignons, coupez la poitrine fumée en lardons et nettoyez les girolles dans un linge propre sans les passer sous l'eau.
Mettre le cookeo en manuel et dorer.
Faites chauffer l'huile.
Mettez-y les morceaux de lapin à dorer avec les lardons.
Mouillez avec le vin blanc, ajoutez les oignons, salez.
Mettre en mode cuisson rapide 30 minutes.
Ajoutez les girolles et la crème.
Mélangez et prolongez la cuisson pendant 15 minutes.

Lapin gibelotte

cookeo

Lapin à la gibelotte

Candicelukasevan Nouvel

Ingrédients

- 1 lapin entier
- 25 cl de vin blanc
- 1cs de farine ou maizena
- 1 oignons
- Poitrine de lard coupe en des ou a defaut 1 pqt de lardons
- Champignon
- Sel et poivre

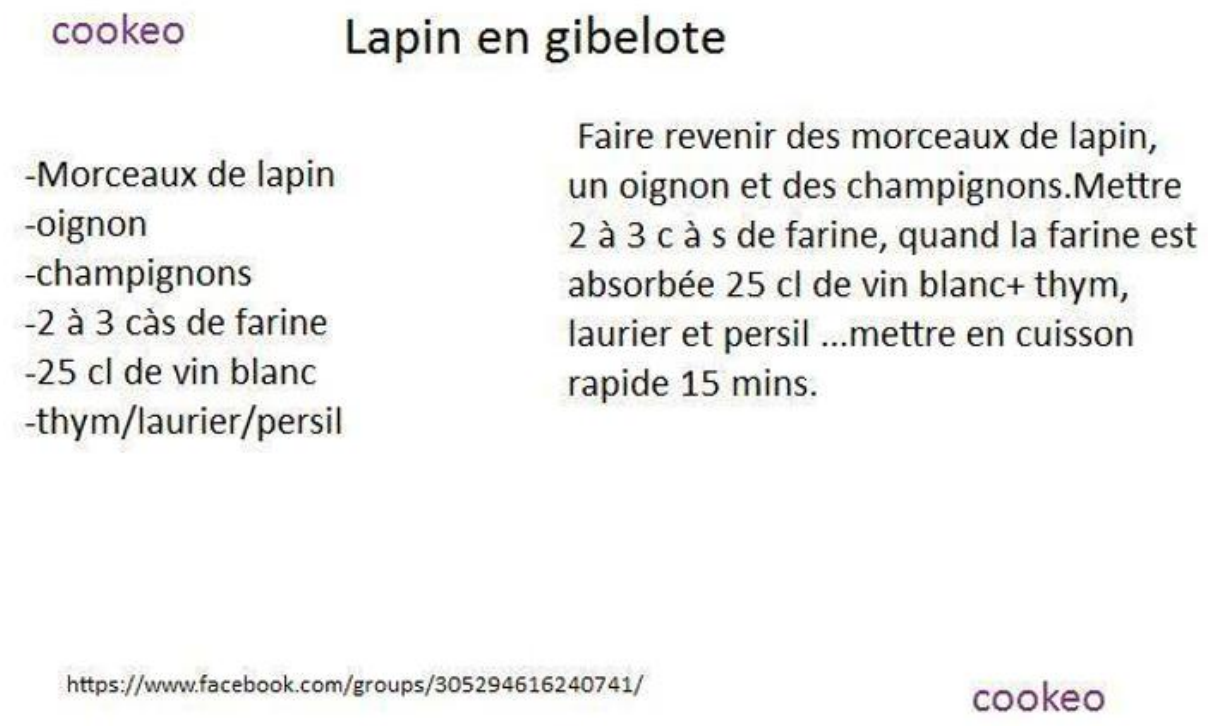
Mettre en mode dorage le lapin et l oignon coupé en 4 y rajouter les lardons
Arreter de dorer
Y verser le vin blanc et la farine melanger
Mettre en mode cuisson rapide pendant 12 min et rajouter les champignons car si on les met en debut ils seront trop cuit

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

cookeo

Lapin à la bière

Lapin gibelote



Lapin pommes de terre abricots secs

Lapin chasseur

Lapin chasseur

proposée par Carole Komarski

Ingrédients

pour 6 personnes:

6 cuisses de lapin,
une grosse cuillère à soupe de moutarde,
200 ml de crème liquide
200 ml de fond de veau,
10g d'ail,200 g d'oignon émincé,
150 g de champignon
6 carottes en morceaux.

En mode manuel > dorer
Faire revenir les oignons l'ail et le lapin pendant 8 minutes puis ajouter le reste des ingrédients

et cuire en utilisant l'intitulé de la recette pré enregistrée du lapin aux olives.

Avec des tagliatelles fraiches c'est un délice!

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

Lapin au vinaigre miel et pruneaux

Lapin au Boursin

Lapin aux poivrons

Moulinex cookeo

Lapin aux poivrons

Karine Lauriane Timéo
1

Ingrédients :

1 lapin
1 poivron rouge et 1 vert
1 oignon
lardon
20cl vin blanc
4 petite tomates
4 ail en robe

En mode dorer faire rotir le lapin sur chaque face puis le retirer.
faire rotir oignon ensuite les lardons puis ajouter les poivrons et les tomates + l ail pdt quelques minutes.
ajouter le vin blanc
ajouter le lapin

cuisson recette programmée :
lapin aux olives

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

Lapin à la moutarde

Lapin à la moutarde

	2	4	6
Cuisses de lapin	2	4	6
Oignons émincés	1/2	1	1.5
Fond de veau	5 cl	6 cl	6 cl
Carottes, en rondelles	200 g	400 g	600 g
Vin blanc	7 cl	7 cl	8 cl
Sauge ciselée	1 cc	2 cc	3 cc
huile végétale	1cs	2 cs	3 cs
Moutarde	1 cs	2 cs	3 cs
Crème fraiche épaisse	1cs	2 cs	3 cs
Sel et poivre			

2P Préparation : 10 mn Cuisson : 9 mn
4P Préparation : 10 mn Cuisson : 10 mn
6P Préparation : 10 mn Cuisson : 10 mn

Préparation :
Verser l'huile dans la cuve
Préchauffage
Faire dorer les cuisses de lapin sur toutes les faces.
Ajouter les oignons et les carottes.
Ajouter le vin
Arrêter de dorer
Ajouter le vin, puis le fond de veau et la moutarde.
Saler et poivrer
Cuisson
Ajouter la sauge ciselée et servir

Lapin aux pruneaux

Lapin aux pruneaux

proposée par Ludivine Trotin

Ingrédients

1 lapin,
des lardons,
1oignon,
quelques champignons,
vin blanc,
250 ml de fond de veau
et des pruneaux.

Faire dorer le lapin avec les lardons et les oignons pendant 10 min,puis une fois le lapin doré a souhait mettre les champignons, 250 ml de fond de veau, un peu de vin blanc, sel, poivre, fermer le couvercle en cuisson rapide pendant 7min puis rajouter les pruneaux pour 3min supplémentaires en cuisson rapide

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

Lapin tomates basilic

cookeo

Lapin aux tomates basilic

- 1 lapin fermier coupé en morceaux
-12 petites tomates
-1 verre de vin blanc sec
-1 bouquet de basilic
-1 brin de romarin
-2 échalotes
-huile d'olive
-sel, poivre

Faire dorer échalottes et basilic dans huile d'olive, puis le lapin de tout côté, verser le vin blanc, puis mettre les tomates coupées en 4. Saler, poivrer, verser 500ml de bouillon de légumes,ajouter basilic et romarin, 15 mins de cuisson rapide.

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

cookeo

AGNEAU

Langues d'agneau aux câpres

Petites langues d'agneaux aux câpres

proposée par Lydie Muga

Ingrédients

12 petites langues
1 oignon
ail
1 boite de tomates concassées
1 petite boite de champignons
1 petite boite de câpres
sel, poivre et un peu de sucre

Faire un peu blanchir les langues.(dans de l'eau bouillante)
En mode manuel > fonction dorer
mettre un peu d'huile, faire revenir l'oignons et l'ail, mettre les langues, la tomate, les champignons, les câpres, assaisonner et mettre en mode "cuisson rapide" 20mn.

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

BOEUF

Langues de boeuf et légumes

Langue de boeuf & légumes

proposée par Francine Devie

Ingrédients

pour 6pers
-une langue de boeuf 1k100
-légumes pot au feu (barquette de pot au feu toute prete en magasin)
-6 pomme de terre
-sel ,poivre , bouquet garni , oignons ails , 1 cube pot au feu
-pour la sauce !! 20gr de margarine ,1cas de farine bien bondé , 1cas de concentré de tomate ,
10 cornichons coupés en petite rondelle ,et un peu de jus des cornichons .

-Dans le Cookéo metre la langue sel poivre bouquet garni cube pot au feu couvrir d eau
-metre en cuisson rapide pendant 1h .
-entre temps épeluchez vos légumes et les laver ,
-au bout d'1 heure ouvrir le Cookéo retirer la peau de la langue , et remetre a cuire avec les légumes pendant 20mn .
a la fin de cuisson sortir le tout conserver le bouillon pour la sauce , dans une casserolle faire fondre la margarine ajouter la farine et la sausse tomate melanger,
ajouter les cornichons et leurs jus ,mouiller avec le bouillon de cuisson pour faire votre sausse epaisse .
Bon app !!!

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

PORC

Lentilles saucisses

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 (reservé)

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 !

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

Lentilles saucisses Tonton Marc

Moulinex cookeo

LES LENTILLES SAUCISSES DE TONTON MARC

Marc Reveur

Ingrédients :

2 CAS HUILE D OLIVE
LARDONS 125 GRS
1 OIGNON
2 GROSSES CAROTTES
TOMACOULI 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 ajouer 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.

Longe de porc et pommes de terre➽➽➽

Cookeo

Longe de porc et pommes de terre

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

1 roti de longe de porc sans os (1 kg)
100 g d'oignons congelés
200 g de champignons de Paris congelés
10 petites pommes de terre
1 verre de vin blanc
Huile d'olive
2 cuillères à soupe de moutarde
1 cube de bouillon de boeuf

Position Dorer

Versez de l' huile d olive dans la cuve, faites dorer le roti de porc sans os ,réservez- la. Faites dorer les oignons.Puis ajoutez les champignons.
Versez le verre de vin blanc dans la cuve ,ajoutez deux cuillères à soupe de moutarde. Mélangez l'ensemble. Remettez la longe de porc dans la cuve. Couvrez avec de l'eau. Arrêtez la fonction dorer

Cuisson rapide

Programmez 30 minutes de **cuisson rapide**
Ouvrez le cookeo,ajoutez des pommes de terre programmez à nouveau 30 minutes de cuisson.

Longe de porc à la moutarde➳➳➳

Cookeo

Longe de porc à la moutarde

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 8 personnes

2 longes de porc sans os (environ 1 kg 600)
1 grosse boite de champignons de Paris
1 cube de bouillon de bœuf
Crème fraîche
Huile d'olive
1 oignon
2 cuillères à soupe de moutarde
2 cuillères à soupe de fécule de mais.
1 cuillère à soupe de crème fraîche
1 verre de vin blanc
Sel
Poivre

Mode « dorer »
Versez de l'huile d'olive dans la cuve .Faites dorer la longe. Réservez les longes de porc pour faire dorer l'oignon que vous avez coupé en morceaux .Puis ajoutez les champignons .que vous avez égouttés.
Versez le vin blanc dans la cuve .Salez et poivrez selon votre convenance. Ajoutez 2 cuillères à soupe de moutarde et mélangez.
Déposez les longes de porc. Versez de l'eau dans la cuve.
Cuisson rapide.(1 heure). Et départ immédiat. Fermez le couvercle.
Ouvrez le cookeo et réservez les longes pour les couper en tranches et faire épaissir la sauce.
Positionnez cookeo en mode « dorer »Une fois les tranches de longe coupées mettez les au four pour les maintenir au chaud.
Effritez le cube de bouillon de bœuf. Ajoutez une cuillère à soupe de moutarde" et 2 cuillères à soupe de fécule de mais. Faire épaissir la sauce. Ajoutez une cuillère à soupe de crème fraîche..
Sortez les tranches de longe du four et remettez-les dans la cuve avec la sauce moutarde.
Arrêter la fonction « dorer » et déposez les tranches de longe dans un plat pour les servir.

Longe de porc à la tomate➳➳➳

Cookeo

Longe de porc à la tomate

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes
800 g de longe de porc sans os
200 g de carottes congelées
2 échalotes
1 cube de bouillon de boeuf
Poivre
3 cuillères de concentré de tomates
1 verre de Vin blanc
1 cuillère à soupe de fécule de maïs

Découpez les échalotes en morceaux .
Déposez les carottes et les échalotes dans la cuve .Plongez le cube de bouillon de boeuf .Versez le verre de vin blanc et mélangez
Déposez la longe dans la cuve puis versez 500 ml d'eau **Passez en cuisson rapide** et programmez 1 h de cuisson.
Ouvrez votre cookeo puis passez en fonction dorer pour épaissir la sauce . Réservez votre longe pour la couper en tranches .
Ajoutez 3 cuillères à café de concentré de tomates .
Puis ajoutez une cuillère à soupe de fécule de maïs.
Coupez la longe en tranches .Replongez les tranches de longe dans la cuve avec la sauce.
Laissez mijotez 2 mn puis servez avec un légume de votre choix .

Longe de porc au curry➳➳➳

Cookeo

Longe de porc au curry

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

Une longe de porc sans os 800 grammes
200 g de champignons de Paris congelés
1 cube de bouillon de boeuf
Poivre
200 g d'oignons congelés
curry
1 verre de vin blanc
2 cuillères de moutarde
Huile d'olive

"fonction dorer"
Versez de l'huile d'olive dans la cuve ,faites dorer la longe de porc puis les oignons.
Ajoutez ensuite les champignons et le cube de bouillon de boeuf puis le verre de vin blanc .Poivrez selon votre convenance ,saupoudrez de curry et mélangez ;
Verser de l'eau 300 millilitres

"Mode cuisson rapide 1 heure"
Réservez la longe pour la couper en tranches .
"Repassez en position dorer"
Ajoutez 2 cuillères à café de moutarde ,puis 2 cuillères à soupe de fécule de maïs pour faire épaissir la sauce .
Quand la sauce a épaissi ,déposez délicatement les tranches de longe coupées dans la sauce
Servez chaud.

Longe façon bourguignon➳➳➳

Cookeo

Longe façon bourguignon

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes
1 longe de porc sans os (environ 800 g)
200 g de champignons de Paris congelés
100 g de carottes congelées
Huile d'olive
100 g d' oignons congelés
1 cuillère à soupe de moutarde
2 cuillères à soupe de fécule de mais.
250 ml de vin rouge
Sel
Poivre

Fonction dorer
Versez de l'huile d'olive dans la cuve .Faites dorer la longe.Réservez la longe de porc pour faire dorer les morceaux d'oignon .
Puis ajoutez les champignons et les carottes congelées dans la cuve.Redéposez la longe avec le reste des ingrédients .
Versez le vin rouge dans la cuve et 200 ml d'eau .Salez et poivrez selon votre convenance..
Cuisson rapide.
Arrêtez la fonction « dorer » et passer en cuisson rapide. (1 heure). Et départ immédiat. Fermez le couvercle.
Réservez la longe pour la couper en tranches et faire épaissir la sauce .
Position dorer
.Ajoutez une cuillère à soupe de moutarde et 2 cuillères à soupe de fécule de mais, mélangez. Une fois la sauce épaissie ,déposez les tranches de longe dans la cuve puis laissez mijoter 5 mn .
Servez ensuite chaud avec des féculents de votre choix .

Longe de porc et pommes de terre

Cookeo

Longe de porc et pommes de terre

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

1 roti de longe de porc sans os (1 kg)
100 g d'oignons congelés
200 g de champignons de Paris congelés
10 petites pommes de terre
1 verre de vin blanc
Huile d'olive
2 cuillères à soupe de moutarde
1 cube de bouillon de boeuf

Préparation
position Dorer
Versez de l' huile d olive dans la cuve, faites dorer le roti de porc sans os ,réservez- la. Faites dorer les oignons.Puis ajoutez les champignons.
Versez le verre de vin blanc dans la cuve ,ajoutez deux cuillères à soupe de moutarde. Mélangez l'ensemble. Remettez la longe de porc dans la cuve. Couvrez avec de l'eau. Arrêtez la fonction dorer
Cuisson rapide
Programmez 30 minutes de cuisson rapide
Ouvrez le cookeo,ajoutez des pommes de terre programmez à nouveau 30 minutes de cuisson.

POISSONS

Langoustines fraîches

Moulinex cookeo

Langoustines fraîches

Criki Cmoi

Ingrédients :

500 g de langoustines
bouquet garni

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

Lotte aux lardons

Cookeo Moulinex

Lotte aux lardons

Ingrédients pour 4 personnes

400 grammes de lotte dessossée
100 grammes de lardons
4 cuillères à café de fond de volaille MAGGI
200 grammes d'oignons tige en rondelle
150 millilitres d'eau
300 grammes de carottes en rondelles

Préparation

Faites dorer les lardons et les oignons
Ajoutez les morceaux de lotte ,les carottes
Versez 200 millilitres d'eau ainsi que les 4 cuillères à café de fond de volaille MAGGI

Cuisson sous pression 10 minutes

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

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

Lotte à l'américaine

cookeo

Lotte à l'américaine

Pour 2 pers.
-2 morceaux de lotte/ 1 échalote - une briquette de vin blanc
- un peu de cognac
-1 càs de concentré de tomate,
-beurre, sel, poivre
-1 feuille de laurier
-1 càs de maïzena

Retirer la peau et l'arête du poisson. Bien rincer.Mettre dans un plat et au four chaud 5 mins pour qu'il rende son eau. Le sortir, bien l'essuyer et le fariner légèrement. Dans une sauteuse, faire revenir l'échalote dans du beurre, faire dorer le pisson, puis mettre le cognac.Faire flamber.Mettre dans cookeo, avec le reste.Cuisson rapide 15 mins.

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

cookeo

Les coquillages du midi

Les coquillages du midi

Jean-Claude Lyonne

Ingrédients :

(pour 3 personnes):

- thon au naturel : 400gr

- ratatouille cuisinée à la provençal (en conserve, pas eu le temps de faire mieux pour ce midi !!) : 375 gr

-coulis de tomate : 200 ml

- pâte "coquillage" : 255 gr

- mettre fonction manuel (dorer) et sans attendre mettre le thon et la ratatouille et le coulis de tomate

- en même temps mettre eau à chauffer pour les pâtes

- à la fin du préchauffage mettre sur "maintien au chaud"

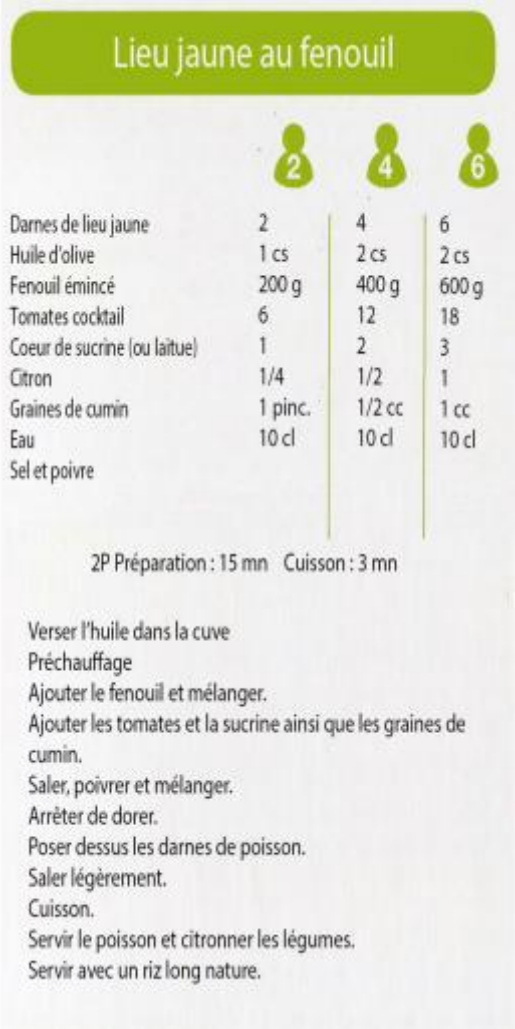
- fin de de cuisson des pâtes, servir comme des spaghettis bolognaises !

C'est tout bête mais c'est très bon ! Ca c'est de la cuisine express !

On peut certainement faire meilleur avec plus de temps (faire sa propre ratatouille par exemple)

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

Lieu jaune au fenouil



Lieu jaune au fenouil

	2	4	6
Darnes de lieu jaune	2	4	6
Huile d'olive	1 cs	2 cs	2 cs
Fenouil émincé	200 g	400 g	600 g
Tomates cocktail	6	12	18
Coeur de sucrine (ou laitue)	1	2	3
Citron	1/4	1/2	1
Graines de cumin	1 pinc.	1/2 cc	1 cc
Eau	10 cl	10 cl	10 cl
Sel et poivre			

2P Préparation : 15 mn Cuisson : 3 mn

Verser l'huile dans la cuve
Préchauffage
Ajouter le fenouil et mélanger.
Ajouter les tomates et la sucrine ainsi que les graines de cumin.
Saler, poivrer et mélanger.
Arrêter de dorer.
Poser dessus les darnes de poisson.
Saler légèrement.
Cuisson.
Servir le poisson et citronner les légumes.
Servir avec un riz long nature.

Linguines au poivron et filet de cabillaud

cookeo

LINGUINES AUX POIVRONS ET FILET DE CABILLAUD

2 PERSONNES

500 G DE FILET DE CABILLAUD SURGELÉ
250 G DE LINGUINE
1/2 POIVRON ROUGE
1/2 POIVRON VERT
1/2 POIVRON JAUNE
1/2 GROS OIGNON (GROS OIGNON POUR SOUPE PAR EXEMPLE)
UN PETITE BOITE DE CONCENTRÉ DE TOMATE
UN FLACON DE CRÈME FRAICHE 25 CL 30 % MG
SEL, POIVRE, AIL
UN CUBE DE BOUILLON DE LÉGUME ET DE L'EAU
UNE CUILLÈRE À SOUPE GÉNÉREUSE DE CRÈME ÉPAISSE 40 % MG

DÉBITER LES POIVRONS ET L'OIGNONS EN PETITS DÉS.
SUR LE MODE DORER
METTRE UN PEU DE BEURRE ET FAIRE RISSOLER LE MÉLANGE DE LÉGUMES.
AJOUTER L'AIL PRESSÉ (QUANTITÉ EN FONCTION DE VOTRE GOÛT)

COUPER LES LINGUINES EN DEUX, LES DÉPOSER DANS LA CASSEROLE, AJOUTER LE CONCENTRÉ DE TOMATE, LA CRÈME LIQUIDE, LE CUBE DE BOUILLON DILUÉ DANS 1/4 LITRE D'EAU BIEN CHAUDE.
SALER ET POIVRER.

SI BESOIN AJOUTER DE L'EAU CHAUDE POUR ARRIVER À COUVRIR LES PÂTES DE MANIÈRE À PRÉPARER LE LIT POUR LE POISSON.

BIEN MÉLANGER LE TOUT.

DÉPOSER LES FILETS DE CABILLAUD PAR DESSUS ET PASSER EN MODE CUISSON RAPIDE POUR UNE DURÉE DE 9 MINUTES.

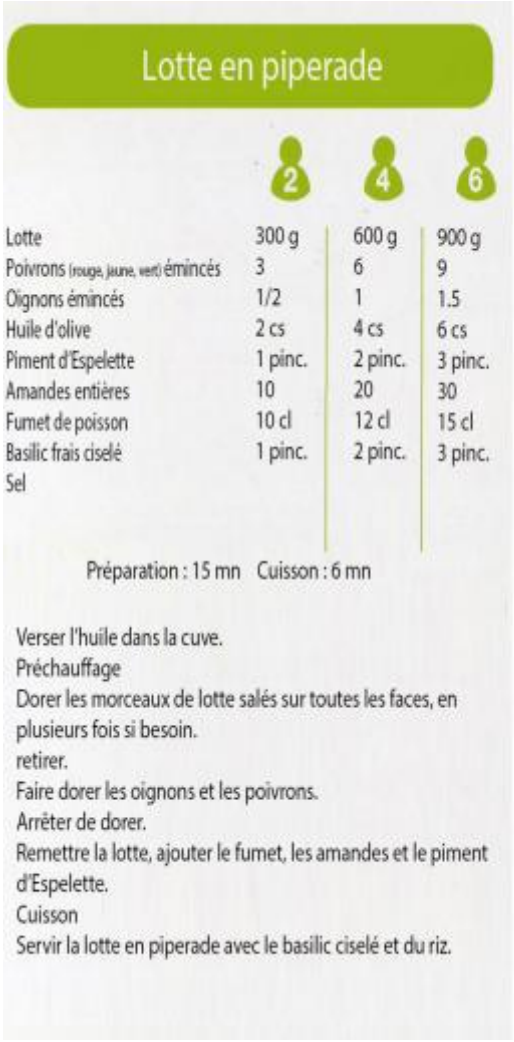
QUAND LA CUISSON EST TERMINÉE, RETIRER LE POISSON ET ÉPAISSIR LA SAUCE AVEC LA CRÈME ÉPAISSE.

REDÉPOSER LE POISSON PAR DESSUS ET BON APPÉTIT

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

cookeo

Lotte en piperade



Lotte en piperade

	2	4	6
Lotte	300 g	600 g	900 g
Poivrons (rouge, jaune, vert) émincés	3	6	9
Oignons émincés	1/2	1	1.5
Huile d'olive	2 cs	4 cs	6 cs
Piment d'Espelette	1 pinc.	2 pinc.	3 pinc.
Amandes entières	10	20	30
Fumet de poisson	10 cl	12 cl	15 cl
Basilic frais ciselé	1 pinc.	2 pinc.	3 pinc.
Sel			

Préparation : 15 mn Cuisson : 6 mn

Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage
Dorer les morceaux de lotte salés sur toutes les faces, en plusieurs fois si besoin.
retirer.
Faire dorer les oignons et les poivrons.
Arrêter de dorer.
Remettre la lotte, ajouter le fumet, les amandes et le piment d'Espelette.
Cuisson
Servir la lotte en piperade avec le basilic ciselé et du riz.

LEGUMES

Lasagnes d'aubergines

cookeo

Lasagnes d'aubergines

-2 aubergines
- 3 boules de mozzarella
- 6 feuilles de pâtes à lasagne
-1 oignon
- 3 gousses d'ail
-romarin
-huile d'olive

Faire revenir les aubergines coupées en tranches,1 fois"grillées"les retirer,faire fondre l'oignon ds l'huile, les gousses d'ail écrasées, 800g de pulpe de tomates,du romarin, sel poivre. Tout retirer,ajouter les cubes de mozza humecter les feuilles de pâte,en mettre 3 au fond, puis aubergines, puis recommencer, finir par une couche épaisse de sauce tomates cuisson 8/10 mins.

https://www.facebook.com/groups/305294616

cookeo

Légumes sautés au tofu

Moulinex cookeo

Legumes sautes au tofu

Marion Baudet-brault

Ingrédients :

3/4 pers.
1 bloc de tofu,
2 poivrons rouges,
un poivron vert,
2 tomates,
1 oignon,
1 petite boîte de pousse de soja,
sauce soja,
huile de sésame,
1 cuil.à soupe graines de sésame,
coriandre fraîche,
1/2 cuil. à café d'ail, de coriandre, de cumin,
1 cuil. à café de sucre, piment en poudre ou en sauce,
1 cube Miso dans 100 ml d'eau.

En mode dorer, mettre l'oignon, les graines de sésames et tous les épices (sauf le piment) dans 3 cuillères à soupe de sauce soja. Ajoutez le tofu en cubes, les poivrons coupés en lamelles, les tomates coupées, le sucre,les pousses de soja, la coriandre fraîche.Continuez la cuisson encore 3 minutes. présentez sur des assiettes et agrémentez d'un filet d'huile de sésame et de piment (selon les goûts !!!) bon appétit. On peut ajouter si on le souhaite des carottes, des brocolis, champignons chou surgelés (dans ce cas mettre en cuisson rapide 3 minutes de plus)

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

Lentilles à la marocaine

DESSERTS

Iles flottantes

Ile flottante

Marie Nowaczyk Dernoncourt

Ingrédients

pour 6 coupes

- 6 oeufs

pour la creme anglaise :

- 165 gr de sucre,
- 80 cl de lait entier,
- 30 gr de fecule de mais,
- un peu d'extrait de vanille

Filmer l'interieur du panier vapeur, monter en neige 6 blancs d'oeufs (garder les jaunes pour la creme anglaise), sucrer au fur et a mesure a votre gout, une fois bien monté, les mettre dans le panier et mettre en cuisson rapide 4 mns, apres la cuisson, laissez au maintien au chaud 10 minutes, et ouvrir, laisser refroidir,
pour la creme anglaise :
melanger tout ca en demarrant a froid, des que la creme commence a epaissir ajouter et delayer rapidement les jaunes d'oeufs et laisser epaissir....voila, une fois les deux refroidis, ajouter un peu de caramel liquide

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

cookeo

Île flottante

	2	4	6
Oeufs gros extra-frais	2	4	6
Sucre	55 g	110 g	165 g
Lait entier	20 cl	40 cl	60 cl
Fécule de maïs	10 g	20 g	30 g
Gousse de vanille grattée	1/3	2/3	1
Caramel liquide			

Préparation : 10 mn Cuisson : 3 mn

Préparation :
Filmer l'intérieur du panier vapeur.
Dans un grand bol, monter les blancs.
Ajouter le sucre et fouetter.
Verser dans le panier
Préchauffage
Chauffer le mix lait-sucre-fécule, fouetter pour épaissir.
Ajouter les jaunes puis le lait.
Verser dans un bol.
placer au frais.
Arrêter de dorer.
Rincer la cuve.
verser 20 cl d'eau et déposer le panier vapeur contenant les blancs.
Cuisson
Servir la crème froide, avec les blancs en neige coupés en parts.
Napper de caramel .

ŒUFS

Œufs brouillés

œufs brouillés

	2	4	6
Œufs bio	3	6	9
Lait	4 cl	8 cl	12 cl
Crème fraîche	30 g	60 g	90 g
Beurre	20 g	40 g	60 g
Huile végétale	1 cs	1 cs	1 cs
Cerfeuil frais ciselé	½ cc	1 cc	1 cs
Ciboulette ciselée	½ cc	1 cc	1 cs
Sel et poivre			

Préparation : 5 mn

Préparation :
Verser l'huile dans la cuve
Préchauffage
Ajouter tous les ingrédients. Remuer à la spatule en bois ou silicone, sans arret jusqu'à ce que les oeufs soient cuits.

Œufs brouillés oignons

Cookeo Moulinex

Œufs brouillés oignons cookeo

200 calories 5 PP 6 SP

Ingrédients pour 4 personnes

6 œufs
50 ml de lait
40 g de crème fraîche
200 g d'oignons
Huile d'olive
Sel
Poivre
Persil

Préparation

Fonction dorer

Dans un saladier ou un bol cassez les œufs et mélangez avec le lait ,la crème fraîche . Salez et poivrez .

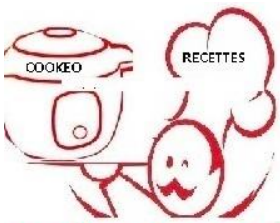
Versez de l'huile d'olive dans la cuve . Faites revenir les oignons .

Quand les oignons sont dorés versez la préparation dans la cuve . Mélangez jusqu'à ce que les œufs soit cuits .

Servez chaud .

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

Œuf cocotte saumon



Oeufs cocotte saumon

Ingrédients pour une cocotte

100 g de saumon
4 cuillères à soupe de crème fraîche liquide
1 cuillère à café d'aneth
1 cuillère à soupe de moutarde mi-forte
1 œuf

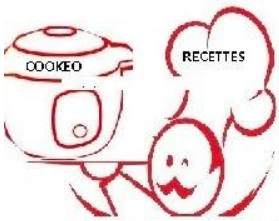
Préparation

Mélangez la crème fraîche avec la cuillère de moutarde. Ajoutez la cuillère d'aneth et mélangez.
Déposez sur le fond de la cocotte la moitié de la préparation crème fraîche moutarde..
Déposez les morceaux de saumon
Versez sur le saumon le reste de la préparation.
Cassez l'œuf et déposez -le sur l'ensemble des ingrédients.
Salez et poivrez .
Versez 200 ml d'eau dans la cuve . Déposez le panier vapeur dans la cuve.
Déposez la cocotte dans le panier vapeur .
Cuisson rapide ou sous pression
Programme 3 mn
Servez chaud

Cookeo Moulinex

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

Œufs cocotte jambon Boursin



Oeuf cocotte jambon Boursin

Ingrédients pour une cocotte

1 œuf
50 g de dés de jambon
2 cuillères à soupe de Boursin ou équivalent
Sel
Poivre
200 ml d'eau

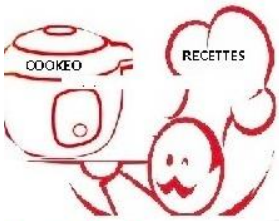
Préparation

Déposez dans une cocotte les 2 cuillères à café de Boursin .
Déposez sur le Boursin les dés de jambon
Salez et poivrez selon votre convenance
Cassez l'œuf sur l'ensemble des ingrédients
Déposez la cocotte dans le panier vapeur .
Versez l'eau dans la cuve .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 3 mn
Servez chaud

Œuf cocotte viande hachée



Oeuf cocotte viande hachée

Ingrédients pour une cocotte

2 boulettes de bœuf
1 œuf
1 cuillère à café de moutarde
1 cuillère à café de concentré de tomates
2 cuillères à soupe de crème fraiche liquide
Persil
Sel
Poivre

Préparation

Dans la cocotte ajoutez la moutarde, le concentré de tomates, la crème fraîche liquide. Salez et poivrez. Saupoudrez de persil.
Déposez dans la cocotte les boules de viande hachée. Cassez l'œuf sur la préparation.
Versez 200 ml d'eau dans la cuve .Déposez le panier vapeur dans la cuve puis la cocotte dans la cuve

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 3 mn
Servez chaud .

LETTRES MNOP

VIANDES

BOEUF

Mafé de boeuf

Moussaka

Moulinex cookeo

Moussaka

Gambiez Nathalie

Ingrédients :

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 gruyére.Cuisson rapide 5min.

VOLAILLES/GIBIERS

Magrets de canard

Cookeo Moulinex

Cuisson des magrets de canards

Ingrédients pour 4 personnes

2 magrets de canard

Mode dorer

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

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

Magret de canard à l'orange

Magret de canard au miel

Magrets aux asperges et poivre

Magret aux asperges et poivre

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

Préparation : 10 mn Cuisson : 4 mn

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

Magrets de canard aux pêches

Moulinex cookeo

Magrets de canard aux pêches et sa sauce caramel

Corinne Croisille

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

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

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

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

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

Epluchez les pêches et coupez les en morceaux.

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

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

Magret de canard pommes poires

Magret de canard aux pommes de terre et poires

proposée par Stephanie Arbaud

Ingrédients

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

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

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

Magrets de canard

Ingrédients pour 4 personnes

2 magrets de canard

Mode dorer

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

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

Magret de canard cerise porto

Marmite espagnole weight watchers

Cookeo Moulinex

Marmite espagnole wwatchers

Jean-Philippe Rousseau

Ingrédients pour 4 personnes

400 g d'escalopes de poulet en morceaux

200 g oignons émincés congelés

400 g de lanières de poivron congelées

100 g de chorizo en rondelles

120 g de riz

60 g d'allumettes de bacon

300 g de courgettes congelées

1 cube de bouillon de bœuf

300 ml d'eau

1 c à café de cumin

1 c à café de paprika

1 ou 2 pincée (s) de piment de Cayenne

Huile d'olive

Mode dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve et faites dorer les oignons, puis les morceaux d'escalopes de poulet.

Ajoutez ensuite les lanières de poivrons, les rondelles de courgettes les allumettes de bacon et les rondelles de chorizo.

Versez le riz et les cuillères de cumin, paprika et une ou 2 pincées de piment.

Versez 300 ml d'eau et le cube de bouillon de bœuf.

Mode cuisson rapide ou sous pression

Programmez 10 mn.

Marmite espagnole

Marmite espagnole

proposée par Agnès Lambolez

Ingrédients

pour 6 personnes

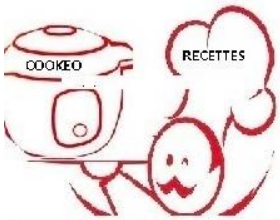
- 150 gr de lardons
- 1 chorizo doux couper en rondelles
- 500 gr de filet de poulet en dés
- 1 poivrons rouge émincés
- 2 oignons émincées ou surgelés
- 1 C a café de cumin
- 1 c a café de paprik
- 1 pincée de piment de Cayenne
- 200 gr riz
- 300 ml de bouillon de volaille

Mettre tous dans la cuve, mélanger et mettre en mode manuel cuisson rapide 10 min.

Bon appétit un vrai régal.

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

Mousse de foie de volailles



Mousse de foie volailles

Ingrédients pour 4 ramequins

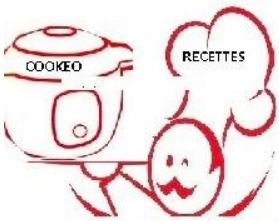
180 g de foies de volailles confits
150 g de jambon blanc
150 g de jambon cru
1 oignon
3 cuillères à café de cognac
2 cuillères à soupe de crème fraîche
Sel
Poivre

Préparation

Coupez l'oignon, les foies de volailles, le jambon blanc et le jambon cru en petits morceaux et déposez les dans la cuve
Versez 200 ml d'eau et les 3 cuillères à café de cognac.
Cuisson rapide ou sous pression programmez 5 mn.
Quand la cuisson est terminée mixez tous les ingrédients et ajoutez la crème fraîche.
Placez la préparation obtenue dans des ramequins ou une terrine.
Laissez refroidir à l'air libre puis au frigo pendant 12 h.

PORC

Macaronis vache qui rit



Macaronis vache qui rit

Ingrédients pour 4 personnes

280 g de macaronis
3 portions de vache qui rit ou équivalent
200 g de dés de jambon
Sel
Poivre

Préparation

Déposez dans la cuve les macaronis
Salez et poivrez selon votre convenance.
Recouvrez d'eau au ras (300 ml)

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez le temps indiqué sur le paquet de macaronis divisé par 2 pour mon cas 6 mn divisé par 2 donc 3 mn
Quand la cuisson est terminée égouttez si nécessaire les macaronis (si reste trop d'eau) puis ajoutez les dés de jambon et les portions de fromage . Mélangez jusqu'à ce que le fromage soit fondu
Servez chaud

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

Merguez façon couscous

cookeo

Merguez façon couscous

Ingrédients :
Pour 2/3 personnes :

- 6 merguez
- 1 courgette
- 1 navet
- 2 carottes
- 1 Cuillère à café de raz el hanoud
- 250 ml d'eau
- Semoule

- En mode doré mettre 6 merguez coupées en 2
- laissez dorer 2 ou 3 mn
- Ajoutez la courgette, le navet, les deux carottes les couper en gros morceaux et les mettre sur les merguez
- Ajoutez une cuillère à café épices à légumes et raz el hanoud laissez fondre 5 mn
- Ajoutez 250 ml d'eau
- Fermer mode cuisson rapide 8mn
- Préparez un sachet de semoule a part

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

cookeo

Merguez pommes de terre

cookeo

Merguez - Pomme de terre

Emilie Henry

Ingrédients :

Pour 2 personnes

- 3 merguez coupées en 3
- 6 pommes de terre
- 4 gros champignons de paris

Faire dorer les pommes de terre en fines lamelles pendant 5 min avec sel, poivre et persil.
Puis ajouter merguez et champignons émincées, un verre d'eau et remuer.
Ensuite cuisson rapide 5 min.

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

cookeo

Mincerettes de porc à la tomate➽➽➽

Cookeo

Mincerettes de porc à la tomate

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes
400 g de mincerettes de porc
2 cuillères à soupe de moutarde
2 cuillères à soupe de concentré de tomates
500 ml d'eau
Sel poivre
1 cube de bouillon de bœuf
200 g de carottes congelées
400 g de champignons de Paris congelés
100 g d'oignons congelés

Préparation
Préparez un bouillon avec 500 ml d'eau ,1 cube de bœuf, sel, poivre, 2 cuillères à soupe de moutarde

Ajoutez les ingrédients dans la cuve : les carottes, les champignons, les oignons, les mincerettes .Versez le bouillon sur les ingrédients. Choisissez la fonction manuelle puis faites OK. L'appareil demande si vous souhaitez un « **départ immédiat** » (faire cuire tout de suite) faites OK
Choisissez ensuite la **fonction cuisson rapide** faites ok et affichez le temps de cuisson 10 mn.

Fermez et verrouillez cookeo. L'appareil se met en préchauffage et va cuire votre recette.
Ouvrez Cookeo et ajoutez les 2 cuillères à soupe de concentré de tomates et mélangez.
Servez chaud.

Mincerettes au petits pois et pommes de terre➳➳➳

Cookeo

Mincerettes au petits pois et pommes de terre

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

8 petites pommes de terre
4 mincerettes de porc
200 g de petits pois congelés
1 cube de bouillon de boeuf
Sel
Poivre
Paprika

Epluchez,lavez,coupez en morceaux les pommes de terre.
Coupez également les mincerettes de porc en morceaux.
Versez un à un les ingrédients tout simplement dans la cuve .
Commencez par les pommes de terre que vous avez préparées avant . Puis ajoutez les petits pois ,puis les morceaux de mincerettes.
Saupoudrez de paprika ,salez et poivrez selon votre convenance.
Effritez le cube de bouillon de boeuf ,versez de l'eau dans la cuve pour recouvrir les ingrédients.
Programmer 25 minutes de cuisson rapide .
Servez chaud. "

Mijotés d'andouillettes et rostis

cookeo

Mijotés d andouillettes et rostis

Enza Brigitte Ludo

Ingrédients :

Pour 3 personnes :

- 2 beau oignons émincés
- 3 andouillettes couper en morceaux
- 1 petite barquette de lardons allumettes
- 1 belles tomates couper en petits dès
- 1 cubor
- 3 belles poignées de lanières de poivrons surgelés
- 200 ml d eau
- un peu de curry .

Mettre en mode dorer et mettre les ingrédients en commençant par les lardons qui évite de mettre des matières grasses et ensuite oignons . Tomates etcc....
Ensuite bien mélanger le tout, ajouter l eau et mettre en mode cuisson 3mn et pour la touche final une cuillère de crème selon le goût de chacun

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

cookeo

Mini choux farcis

Moulinex cookeo

Minis Choux Farcis

Sonia Flochlay

Ingrédients :

Pour 4/5 personnes
-1 chou
-250grs de chair à saucisses
- 300 grs de viande hachée
- 6 champignons frais
- 1/2 baguette de pain
- un peu de lait
- 1 boite de 140 grs de concentré de tomate
- sel poivre
- 1 bouillon légumes
-200 ml d'eau

Blanchir le chou 5 min cuisson rapide
- puis retirer les feuilles une à une
- faire tremper la mie de pain avec un peu de lait
- éplucher et couper les champignons les rajouter à la mie de pain puis haché et chair à saucisses, sel poivre, puis la moitié de la boite de concentré de tomate. Je reconstitue des minis choux en intercalant le mélange de viande et les feuilles de chou. Je ficelle les choux. Je mets mon cookéo sur dorer, je mets mes choux que je dore sur toutes les faces puis je rajoute le reste des feuilles de choux (si j'en ai). Je mélange 200ml d'eau, le bouillon et le reste de la boite de concentré, rajouter le mélange dans le cookéo.

Cuisson rapide 15 min.

VEAU

Mijoté de veau miel et cumin

Moulinex cookeo

Mijoté de Veau au Miel & Cumin

Corinne Croisille

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

800g d'épaule de veau
600g de carotte
1 tranche de poitrine demi-sel
3 cuillères à soupe de miel
1 oignon
2 gousses d'ail
1 botte de persil plat
1 cuillère à soupe de cumin en poudre
4 cuillères à soupe d'huile d'olive
4 cuillères à soupe de vinaigre de vin blanc
1 branche de thym
sel et poivre

Découpez la viande en gros morceaux.
Epluchez les oignons et hachez-les.
Ecrasez les gousses d'ail.
Découpez en morceau les carottes.
Découpez la poitrine en gros lardons.

Mettre le cookeo en manuel et dorer.
Faites chauffer l'huile et faire dorer les morceaux de viande en les retournant pour les colorer sur toutes les faces.
Ajoutez l'oigon haché, les gousses d'ail, le miel et le thym.
Déglacez au vinaigre et mouillez avec 1/2l d'eau.
Mettez les lardons.
Salez et poivrez.

Mettre en cuisson rapide 30 minutes.
Ajoutez les carottes et remettre à cuire 1h30.
Hachez le persil et parsemez le plat.

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

Mijoté de veau au miel

cookeo

Merguez façon couscous

Ingrédients :

Pour 2/3 personnes :

- 6 merguez
- 1 courgette
- 1 navet
- 2 carottes
- 1 Cuillère à café de raz el hanoud
- 250 ml d'eau
- Semoule

- En mode doré mettre 6 merguez coupées en 2
- laissez dorer 2 ou 3 mn
- Ajoutez la courgette, le navet, les deux carottes les couper en gros morceaux et les mettre sur les merguez
- Ajoutez une cuillère à café épices à légumes et raz el hanoud laissez fondre 5 mn
- Ajoutez 250 ml d'eau
- Fermer mode cuisson rapide 8mn
- Préparez un sachet de semoule a part

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

cookeo

Mignon de veau à la normande

Mignon de veau a la Normande

cookeo

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 800 g de mignon de veau coupé en 4 morceaux
- 2 pommes vertes
- 2 échalotes hachées
- 80 g de beurre
- 4 cuillères à soupe de crème
- 1 verre 1/2 de cidre brut
- 2 cuillères à soupe de Calvados
- 2 cuillères à soupe de farine
- Sel et poivre
- 1/2 citron

- Assaisonnez les mignons de veau, roulez-les dans la farine.
- Pelez, évidez les pommes et coupez-les en deux avant de les citronner.
- Mettez 40 g de beurre dans le cookéo.
- Faites dorer les mignons de veau sur toutes les faces.
- Ajoutez l'échalote, laissez suer. Flambez au Calvados puis versez le cidre.
- Placez les pommes entre les mignons de veau. Assaisonnez.
- Portez à ébullition et laissez cuire doucement à couvert 15 mn.
- Retirez les mignons et les pommes, réservez au chaud.
- Versez la crème dans la sauce. Laissez réduire un peu à découvert. Incorporez le reste du beurre en fouettant.

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

cookeo

BOEUF

Nouilles chinoises au surimi

Nouilles chinoises au surimi

	2	4	6
Nouilles chinoise	140 g	280 g	420 g
Eau	32 cl	53 cl	74 cl
surimi, en petis cubes	150 g	300 g	450 g
Huile de sésame	1.5 cs	3 cs	4.5 cs
Gingembre frais	1 cc	2 cc	3 cc
Carottes, en petit cubes	75 g	150 g	225 g
Citron vert (jus)	1	2	3
Cacahuètes	25 g	50 g	75 g
Sauce soja (suvrée)	1 cs	2 cs	3 cs
Coriandre fraichement ciselée	2	4	6

Préparation : 8 mn Cuisson : 3 mn

Préparation :
Mettre l'eau, les carottes, la sauce soja et les pâtes dans la cuve.
Melanger
Cuisson
Ajouter le jus de citron, l'huile, les cacahuètes, le surimi
et la coriandre ciselée.

Nouilles chinoises au boeuf

Moulinex cookeo

Nouilles chinoises au boeuf

Isabelle Rives

Ingrédients :

Pour 4 personnes

400g de boeuf en dés
carottes en dés
150ml de fond de veau
150ml d'eau
20cl de vin blanc
400g de nouilles chinoises
graines de sésame
1 cuillère à soupe de paprika
1 cuillère à café de cumin
1 oignon
sel et poivre

Faire tremper les nouilles chinoises 30mn dans de l'eau chaude

suivre la recette goulash du cookeo pour 2 pers

donc faire dorer la viande et les carottes en remuant souvent environ 10mn

ajouter les liquides, les nouilles et les graines de sésame et démarrer la recette !

Nouilles chinoise au boeuf version 2

Moulinex cookeo

Nouilles chinoises au boeuf

Isabelle Rives

Ingrédients :

Pour 4 personnes

400g de boeuf en dés
carottes en dés
150ml de fond de veau
150ml d'eau
20cl de vin blanc
400g de nouilles chinoises
graines de sésame
1 cuillère à soupe de paprika
1 cuillère à café de cumin
1 oignon
sel et poivre

Faire tremper les nouilles chinoises 30mn dans de l'eau chaude

suivre la recette goulash du cookeo pour 2 pers

donc faire dorer la viande et les carottes en remuant souvent environ 10mn

ajouter les liquides, les nouilles et les graines de sésame et démarrer la recette !

Nouilles chinoises au boeuf

cookeo

Nouilles chinoises au boeuf haché/curry

- 300g nouilles chinoises aux oeufs
- 350g de viande hachée
- 500ml d'eau
- 1 poivron en lamelles
- 2 carottes en batonnets
-- quelques petits pois surgelés
- 1 oignon emincé/2cas sauce soja
-1cas pate de curry/2 cas de nuocnam

Tout mettre dans la cuve, remuer.
Cuisson rapide 5 mins.

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

cookeo

VEAU

Noix de veau aux légumes

Moulinex cookeo

Noix de veau aux légumes printaniers

Regine Laroche

Ingrédients :

6 personnes
800 g de noix de veau
2 pieds de céleri branche
1 dizaine de carottes
1 dizaine de petits navets
1 dizaine d oignons grelots
20 cl de fond de volaille
Quelques pommes de terre (facultatif)

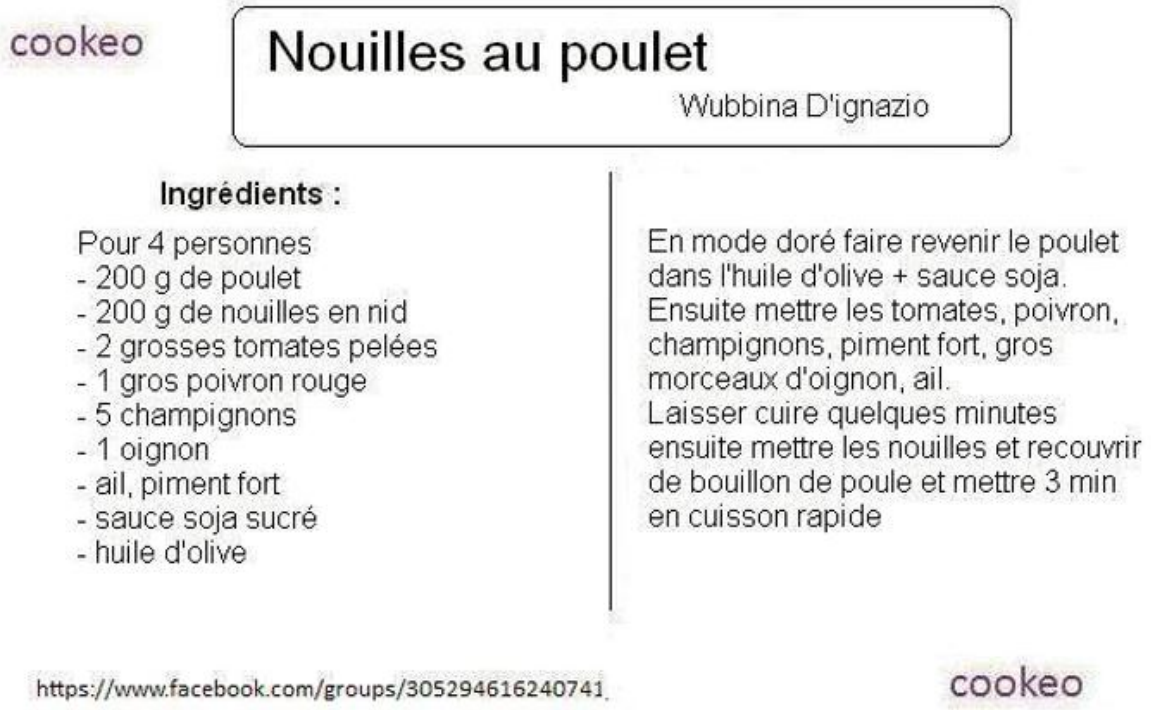
Éplucher, laver les légumes.
Mettre en mode dorer la noix de veau pendant 5 minutes,

retirer la viande mettre à leur tour les légumes, dorer en remuant souvent, ajouter sel, poivre, herbes de Provence, le fond de volaille.

Remettre la viande dans la cuve, passer en cuisson rapide 24 minutes.

VOLAILLES/GIBIERS

Nouilles au poulet



PORC

Nouilles chinoises aux côtes de porc

Os à moëlle

Os à moelle

Béatrice Moreno

Ingrédients :

pour 2 personnes

4 os à moelle,
6 carottes,
6 poireaux,
400 ml bouillon bœuf,
poivre.

Faire cuire selon la recette du bœuf bourguignon. (recette programmée)

Osso bucco de dinde à la bière

Moulinex cookeo

Osso buco de dinde à la bière

Francine Devie

Ingrédients :

-800gr de viande (il y avait 4 morceaux de viande)

- 3 petites courgettes

-poivrons les trois couleur (j ai mis moitié de chaque)

-ail oignons

sel poivre

1 cuill.à soupe de farine

- épice orientale (facultatif)

- bière 25cl,

-une brique de purée de tomate (200gr)

En mode manuel > Dorer

Faire dorer la viande
Ajoutez les oignons et l'ail
Ajoutez ensuite les Légumes coupés en morceau
Dorer 5/10mn

Ajoutez la c.a.s de farine mélangez et mettre la purée de tomate et la bière

Passer en position
> ingrédient : volaille dinde morceaux

Il propose le poids ajuster en fonction de votre viande (pour 800g 18mn)
et ok c'est partie !

Accompagner de pâtes ou du riz bon appétit !

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

Osso bucco de dinde à la bretonne

Moulinex cookeo

Osso bucco de dinde à la Bretonne

Marie France Moro

Ingrédients :

Pour 6 personnes
1Kg d'osso bucco de dinde,
1 gros oignon,
1 verre de vin blanc,
1 càs de farine,
1 grande boîte de tomates pelées,
1 boîte de champignons de Paris,
1 courgette coupée en morceaux,
20 cl de crème fraîche liquide,
1 cube or,
Sel poivre,
Persil,
100g de lardons.

En mode dorer, faire revenir l'osso bucco de dinde avec les lardons, saupoudrer avec la farine, ajouter les oignons et laisser dorer quelques minutes.

Ajouter tous les ingrédients restants et mettre en cuisson rapide 30 mn.

C'est prêt!!! Servir avec un riz blanc ou des pommes de terre. Bon appétit.

Osso bucco de dinde à la paysanne

Moulinex cookeo

Osso Bucco de dinde à la Paysanne

Causette Lah

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

800 gr d'Osso Bucco
1 oignon
125 gr de lardons
3 carottes ou équivalent en rondelles surgelées
3 pommes de terre
1 petite boite de champignons de paris (ou des frais)
50 cl de vin blanc sec
2 cl de madère
1 cuillère à soupe de crème fraîche
Sel poivre

En mode manuel > dorer

Faire dorer la viande , les oignons émincés, les lardons
Saupoudrer de farine
Verser le vin blanc et 50 cl d'eau
Ajouter les carottes, les pommes de terre, les champignons
Saler , poivrer, ajouter le madère.

Passer mode cuisson rapide > 20 mn
Ajouter la crème fraîche pendant le rechauffage
Bon appetit

Osso bucco milanaise

OSSO BUCO milanaise

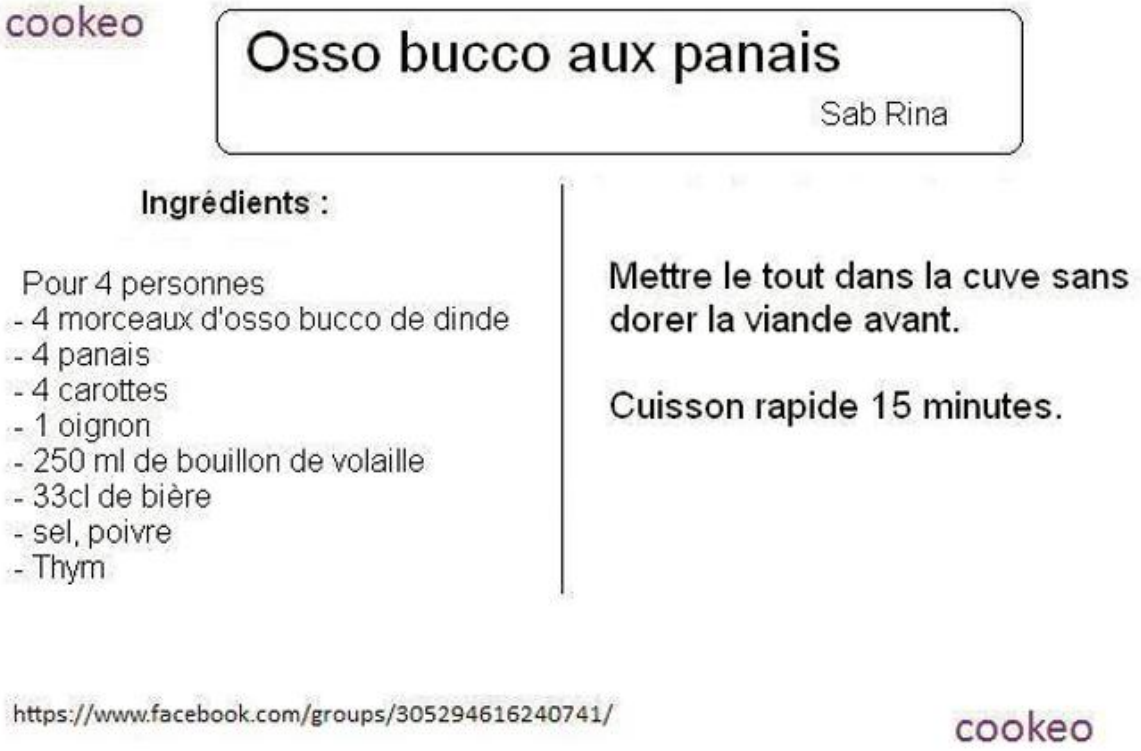
proposée par Jessica Dinoird

Ingrédients

Du jarret de porc
oignon émincé
boite de tomates pelées
1 Cuillere a soupe de concentré de tomate
1 verre de vin blanc
ail/thym/laurier
farine
400ml de bouillon
sel poivre

Rouler les jarrets dans la farine.
Les faire dorer dans coockeo.
Ajouter des oignons émincés. laisser dorer quelques minutes.
Ajouter une boite de tomates pelées, une C.a.S de concentré de tomate, un peu de vin blanc, une gousse d'ail pressée, du thym, du laurier, environ 300/400 ml de bouillon, assaisonnements.
Programmmer coockeo en position cuisson rapide pour 30 min.

Osso bucco aux panais



Osso Bucco de veau aux choux de Bruxelles

cookeo

Osso bucco de veau aux choux de Bruxelles

Lilou Moultipass

Ingrédients

Pour 4 personnes:

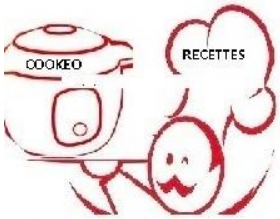
- 4 beaux morceaux d'osso bucco de veau, salés, poivrés et farinés
- 400 gr de petits choux de Bruxelles
- 3 tomates coupées en petits cubes
- 1 oignon finement haché
- 1 gousse d'ail écrasée
- 1 cuillère à soupe de persil haché
- 1 bouquet garni (au moins une branche de thym et 2 belles feuilles de laurier)
- 300 ml de bouillon de veau
- 1 noix de beurre + 1 cuillère à soupe d'huile d'olive

En mode dorer, faire dorer sur chaque face les morceaux de veau farinés dans l'huile et le beurre. Ajouter ensuite l'oignon et faire blondir en remuant. Ajouter les tomates, le bouquet garni, le persil et la gousse d'ail. Bien remuer.
Verser le bouillon, ajouter les choux de Bruxelles.
Passer en cuisson rapide 20 minutes.

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

cookeo

One pot pasta spaghettis bolognaise



One pot pasta spaghettis bolognaise

Ingrédients pour 4 personnes

1 petite boite de tomates pelées
200 g de carottes en rondelles congelées
280 g de spaghettis
1 petit verre de vin blanc
300 g de viande de bœuf hachée
1 cube de bouillon de bœuf
2 cuillères à soupe de concentré de tomates
400 ml d'eau
Sel
Poivre

Préparation

Déposez dans la cuve les spaghettis , la viande hachée, les carottes en rondelles la boite de tomates pelées.
Salez , poivrez.
Versez l'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté ainsi que le vin blanc

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 4 mn le temps de cuisson indiqué sur le paquet de pâtes divisé par 2.
Quand la cuisson est terminée ajoutez les 2 cuillères à soupe de concentré de tomates
Servez Chaud

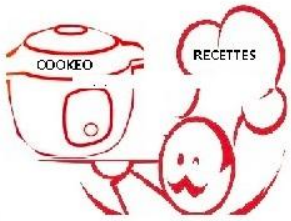
Cookeo Moulinex

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

One pot pasta bolognaise

Cookeo Moulinex

One pot pasta bolognaise



Ingrédients pour 4 personnes

100 g d'oignons congelés
200 g de carottes en rondelles congelées
300 g de pâtes de votre choix
300 g de viande de bœuf hachée
1 cube de bouillon de bœuf
2 cuillères à soupe de concentré de tomates
1 cuillère à café d'ail déshydraté ou une gousse d'ail
Sel
Poivre

Préparation

Déposez dans la cuve les pâtes ,la viande hachée, les morceaux d'oignons, les carottes en rondelles Salez , poivrez et ajoutez la cuillère à café d'ail .
Versez l'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 4 mn le temps de cuisson indiqué sur le paquet de pâtes divisé par 2.
Quand la cuisson est terminée ajoutez les 2 cuillères à soupe de concentré de tomates
Servez Chaud

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

One pot pasta poulet

Cookeo Moulinex

One pot pasta poulet paprika

Ingrédients pour 5 personnes

250 g de pennes
4 escalopes de poulet
2 tomates
1 cube de bouillon de bœuf
2 oignons
Huile d'olive
Paprika
Sel, poivre
200 g de courgettes congelées
1 verre de vin blanc
1 poivron rouge
1 cuillère à soupe de moutarde
2 cuillères à soupe de crème fraîche

Préparation

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve et faites revenir le poulet et les oignons coupés en morceaux
Ajoutez le poivron rouge, les morceaux de tomates, les courgettes.
Versez les pennes , le verre de vin blanc.
Recouvrez les ingrédients avec -600 ml d'eau et un cube de bouillon de bœuf émietté.
Ajoute une cuillère à soupe de moutarde .
Salez et poivrez selon votre convenance.
Saupoudrez de paprika.

Mode cuisson rapide ou sous pression

Programmez 6 mn de cuisson .
Ajoutez 2 cuillères à soupe de crème fraîche en fin de cuisson .

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

Paleron de bœuf à la bière

paleron de bœuf à la bière

	2	4	6
Paleron de bœuf (400 g)	1	2	3
Oignons émincés	1	2	3
Cassonade	1 cs	2 cs	3 cs
Bière brune	15 cl	22 cl	30 cl
Moutarde à l'ancienne	1 cs	2 cs	3 cs
Huile végétale	1 cs	2 cs	2 cs
Sel et poivre			

Préparation : 10 mn Cuisson : 1h40

Préparation :
Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage
Colorer le paleron dans l'huile.
Arreter de dorer
Ajouter les autres ingrédients.
Mélanger.
Cuisson.

PATES ET VIANDES

Pâtes

Papillons tomates et jambon

Papillons tomates et jambon

	2	4	6
Pâtes papillons	160 g	320 g	500 g
Bouillon de légumes	32 cl	64 cl	1 L
Tranches de jambon blanc	2	4	6
Tomates cerises	75 g	150 g	225 g
Echalottes émincées	30 g	60 g	90 g
Beurre	10 g	20 g	30 g
Basilic frais ciselé	1 cs	2 cs	3 cs
Gruyère râpé	40 g	80 g	120 g
Sel et poivre			

Préparation : 5 mn Cuisson : 6 mn

Mettre le bouillon de légume, les pâtes, les tomates et les échalotes dans la cuve.
Mélanger.
Cuisson
laisser reposer 2 mn, ajouter le jambon et le gruyère.
Saupoudrer de basilic et servir.

Pâtes aux boulettes de veau

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/

cookeo

Pâtes carbonara au curry

Pâtes carbonara au curry

proposée par Elodie Dubus-Domagala

Ingrédients

pour 4 personnes

200g de pate farfalle mini (que je cuit avant la recette dans le cookeo, fonction riz blanc 9min cuisson parfaite)
160g de lardon ou emincé de lardon (moins gras)
40cl de creme fraiche
curry a volonté selon votre gout

Apres avoir fais cuire les pates sous la fonction riz blanc je les reserve
je selectionne manuellement dorer et je dore mes lardons plus ou moins selon votre gout.
j'ajoute ensuite la creme fraiche et le curry , je melange .
j'ajoute les pates et si vos pates sont deja froide je selectionne juste rechauffage , pas de cuisson .
et j'ai tester maintiens au chaud sur le reste du diner c'est moins cremeux mais encore super bon!

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

Pâtes carbonara

Pâtes carbonara express

Pâtes crème basilic au cookeo

Cookeo

Pâtes crème basilic

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

400 g de pâtes

1 bouquet de basilic

1 gousse d'ail

150 g de crème fraîche

50 g de parmesan râpé

Huile d'olive

Sel

Poivre

Lavez et ciselez le basilic. Epluchez l'ail et coupez le en morceaux ou hachés le avec un hachoir.

Mode dorer

Faites revenir dans de l'huile d'olive les morceaux d'ail et le basilic ciselé. Réservez l'ensemble de ces ingrédients ;

Versez dans la cuve les pâtes et recouvrez d'eau (minimum 200 ml).

Mode cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 5 mn (le temps indiqué sur le paquet de pâtes divisé par 2).Quand la cuisson est terminé ouvrez votre cookeo et ajoutez aux pâtes la crème fraîche et les morceaux d'ail et le basilic ainsi que le parmesan .Mélangez tous les ingrédients.

Servez chaud.

Pâtes à la vodka

Moulinex cookeo

Pâtes à la Vodka

Elodie Somme-r

Ingrédients :

Pour 4 personnes:

200g de lardons fumés,
1 oignon,
400g de pennes (pâtes),
200ml crème fraîche épaisse,
140ml de concentré de tomates,
15cl de vodka,
parmesan,
une pincée de piment doux,
poivre.

En mode doré, faire revenir les lardons puis l'oignon émincé. Ajouter le concentré de tomate, la crème fraîche, le piment doux, le poivre et mélanger.

Ensuite, ajouter la Vodka. En mode cuisson rapide, ajouter les pâtes à la préparation et environ 20cl d'eau.

Cuire 10mn. A la fin de la cuisson, les pâtes étaient un peu justes. Maintenues au chaud environ 10mn, elles étaient au top

Pâtes pennes aux saucisses de Diots

Moulinex cookeo

Pâtes "Pennes" aux saucisses de Diots

Mamsèle Joëlle

Ingrédients :

2 personnes :

250 gr de pâtes "pennes"
4 petites tomates,
2 saucisses de Diots de Savoie (coupées en rondelles)
curry,
sel, poivre,
ail,
persil.
bouillon cube "légumes bio"

En mode cuisson rapide mettre dans le cookeo tout les ingredients , et couvrir du bouillon (cube +eau) et mettre 8mn en cuisson rapide

Pâtes penne bolognaise

Moulinex cookeo

Pâtes Penne à la bolognaise

Laurence Laurent

Ingrédients :

Pour 4

500 g de viande hachée,
500 g de pates penne,
1 boite coulis tomate 200G
Ail
Eau (environ ~ 800ml /1L)

En mode dorer
Faire dorer de l'ail et la viande,
ensuite rajouter les pâtes, coulis, eau.

Cuisson rapide j'ai mis 6 mm et les pates étaient "al dente" après ça dépend comment vous aimez les pâtes !!!!

on peut rajouter selon les gout des herbes, ou remplacer ail par oignon etc....

Pâtes au chorizo 1

Moulinex cookeo

Pâtes au chorizo

la popotte de marmotte

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 1 paquet de coquillette 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.

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

Pâtes au chorizo

Moulinex cookeo

Pâtes au chorizo

la popotte de marmotte

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 1 paquet de coquillette 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.

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

Pâtes serpentini à l'italienne

Moulinex cookeo

Pâtes Serpentini à l'italienne

Stéphanie Zamprogna

Ingrédients :

pour 4 personnes:

350g de pâtes serpentini,
6 tranches de jambon de pays,
3 gousses d'ail,
200g de tomates séchées,
250g de tomates cerises,
1/2 bouquet de basilic,
100g de copeaux de parmesan,
huile d'olive.

Faire cuire les pâtes en mode "ingrédients", "riz blanc" et suivre les instructions. les égoutter.

Passer en mode "dorer" et faire revenir le jambon et l'ail dans un peu d'huile d'olive. ajoutez les tomates séchées (tout ça environ 2 mn).

Passer en mode "cuisson rapide" et ajouter les tomates cerises. laisser cuire 3 mn. rajouter les pates, le parmesan et le basilic et bien mélanger! c 'est pret!

Pâtes grecques merguez

---

cookeo

Pâtes grecques/merguez/légumes

Pour 3 pers.
- 5-6 Merguez
- 200 gr de pâtes grecques
- 6 petites carottes/2 courgettes
- 2 oignons/ail
-- 500 ml de bouillon de légumes (un cube dissous dans l'eau)
- sel, paprika, poivre, cayenne

Mode dorer,cuire les merguez coupées en morceaux + ail + oignons pendant 2-3 mins.
En mode cuisson rapide : Ajouter carottes, courgettes, 500 ml bouillon légumes et pâtes 7 mins.

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

cookeo

Pâtes poulet vache qui rit

cookeo

Pattes Poulet Vache qui rit

Pour 2 pers.
-300 g de filets de poulet
-5 cl de crème fraiche
-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/

cookeo

Pâtes à l'espagnole

cookeo

pattes à l'Espagnole

-2 blancs de poulet
-250g de lardons
- la moitié d un chorizo
-1 oignon/ 2 courgettes
-1 poivron/8 tomates grappe
-1 sachet d'épice espagnole
-500 ml d'eau
-500 g de pattes

Faire dorer le poulet en morceaux,les lardons, le chorizo, l'oignon.
Ajouter les courgettes et les tomates coupées, cuisson rapide 5 minutes.
A la fin, mettre les pattes, l'eau, sel, poivre.
Cuisson rapide 4 minutes.

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

cookeo

Pâtes aux boulettes

Pâtes aux boulettes

proposée par Nathalie Remond

Ingrédients

pour 4 personnes :

400 g de coquillette
480 g de mini boulette apéro
200 ml de sauce tomate
850 ml d'eau
sel et poivre

Mettre tous dans le cookéo sauf les boulettes
· bien mélanger
· faire cuire sous la recette tortellini au jambon (2 minutes de cuisson)
à la fin de la cuisson, ajouter les boulettes qui ont été cuite a l avance au micro onde

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

Pâtes aux boulettes 2

cookeo

Pâtes aux boulettes

Doria Ruggiero

Pour 4 personnes:

1 oignon
500g de pâtes
450g de boulettes
1 gros pot de coulis de tomate
eau
Sel, poivre
herbes de provences

En mode dorer, faire revenir l'oignon coupé en morceaux et les boulettes avec un peu d'huile.
Mettre les pâtes , remuer.
Ajouter le coulis, les assaisonnement et de l'eau pour couvrir la préparation
Passer en cuisson rapide pendant 7 minutes environ.

Les boulettes peuvent être réalisées avec de la viande hachée, de l'oignon en poudre, du persil, du paprika et du cumin.

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

cookeo

PENNES

Pennes dinde citron

Cookeo Moulinex

Pennes dinde citron

Ingrédients pour 5 personnes

300 g d'escalopes de dinde coupées en morceaux
300 g de pennes
50 ml de citron
1 cube de bouillon de bœuf
3 cuillères à soupe de crème fraîche
Poivre
Thym
Curry
300 ml d'eau

Préparation
Mode dorer

Faites revenir les morceaux d'escalope de dinde et les oignons avec l'huile d'olive dans la cuve .
Ajoutez les pennes puis un bouillon composé de 300 ml d'eau et un cube de bouillon de bœuf émiétté.
Versez le jus de citron ,saupoudrez de thym et de curry selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn (le temps indiqué par le paquet de pennes divisé par 2)
Quand la cuisson est terminée ajoutez les 3 cuillères à soupe de crème fraîche
Servez chaud .

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

Pennes poulet au gourgonzola

cookeo

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

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

Pennes rigate carbonara

cookeo

Penne rigate carbonrara allégée tagliatelles carottes, courgettes

Didine nini

Ingrédients :

- des pâtes
- des lardons
-1 oignon.
- un bouillion de cube de volaille
- un peu de parmesan
- 1 petit pot de crème fraîche a 4%.
- quelques carottes et courgettes.

Faire dorer des lardons avec une oignon.
Puis ajouter les pâtes recouvrir d eau
Ajouter un bouillion de cube de volaille
Ajouter un peu de parmesan et petit pot de crème fraîche a 4%.
Râper avec un économe quelques carottes
et courgettes.
Les déposer dans le panier vapeur.
Et mettre en cuisson rapide 3 minutes.
A la fin de la cuisson ajouter un petit pot de crème à 4%

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

cookeo

Pennes crème fraîche et lardons

cookeo

Penne crème fraiche et lardons

Ingrédients :
Pour 4 personnes

- 500gr de penne
- 750ml d'eau
- sel
- 40cl de crème fraiche liquide
- 300gr de jambon fumé ou des lardons
- épice: pasta basilico

- Mettre les pates dans la cuve avec l'eau et du sel. Cuisson rapide 4 mn
- Puis ajouter le jambon et la crème fraiche avec les épices.
- Prolonger la cuisson 1mn

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

cookeo

Pennes 4 fromages

cookeo

Pennes 4 fromages/ bacon

-250g de pâtes.
-100g de fromage de chèvre frais
-75 g de roquefort
-100g de gruyère râpé
-1 boule de mozzarella
-20cl crème semi épaisse ou épaisse
-100 g d'allumettes de bacon ou lardons
-500 ml d'eau.
-1 cube bouillon bœuf ou légumes.

Cuire les pâtes dans le bouillon cuisson rapide 7 mins (moitié du temps indique sur votre paquet). Après cuisson ajouter fromages, crème fraîche, bacon ou lardons. Mélanger. Cuisson rapide 3 minutes.

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

cookeo

Perles au jambon et à la tomate

Perles au jambon et à la tomate

proposée par cuisinesab

Ingrédients

pour 4 personnes :

300g de perles spéciales potages (cuisson 6 minutes)
200g d'allumettes de jambon
sel poivre
200g de coulis de tomates
600ml d'eau
2 cuillères à café de yassa
1 cuillère à soupe de persil
4 cuillères à café de parmesan

mettre dans la cuve du cookéo tous les ingrédients sauf le parmesan
bien mélanger le tout
faire cuire sur la recette "tortellini au jambon"
au moment de servir , soupoudrez de parmesan

résultat : délicieux , d'utiliser les perles à potages cela changent des pâtes classiques même le goût

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

PAUPIETTES

Paupiettes de dinde aux pruneaux

Moulinex cookeo

Paupiettes de dinde aux pruneaux

Catherine Mantoue

Ingrédients :

6 paupiettes de dinde
125g de lardons
20 pruneaux
1 tablettes de bouillon cube
Creme fraiche epaisse
Fecule maizena
Vin blanc
Un verre d eau
Oignons

En mode Manuel >Dorer

Faire dorer au coockeo les paupiettes, les lardons, les oignons.

Ajouter ensuite le vin blanc a mi hauteur (des paupiettes) et 1 verre d'eau + cube de bouillon et les pruneaux.

Mettre en mode cuisson rapide 20 minutes

En fin de cuisson mettre la creme et la maizena (pour epaissir la sauce) .

Bon appetit

Paupiettes de dinde et pommes de terre

cookeo

paupiettes de dinde aux pdt fondantes

Pour 2 pers.
-2 paupiettes
-4pdt
-1oignon
-1 coeur de bouillon de legumes
-1 carotte
-sel/poivre/persil
-huile d'olives
-400ml d'eau

Faire revenir l'oignon et les paupiettes.
Mettre tout le reste des ingrédients, cuisson rapide 18 mins.

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

cookeo

Paupiettes délices du verger

cookeo

Paupiettes/délices du verger

-750 g de paupiettes de veau
-2 échalottes/curry/aneth
-Basilic/ herbes de Provence
-50ml de crème
-200ml d'eau
-2 tomates
-850 g d'haricots verts
-Huile d'olive.

Faire revenir les paupiettes et les échalottes.
Mettre l'eau.
Dans le panier vapeur, mettre les légumes et les épices.
Recouvrir de crème.
Cuisson rapide 15 minutes.

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

cookeo

Paupiettes de dinde

Moulinex cookeo

Paupiettes de dinde

Frederic Bouvier

Ingrédients :

6 paupiettes de dinde
2 verre de vin blanc sec
2oignons
3 cac de concentre de tomate
4 tomates
1 boite de champignons de paris
1 cube de bouillon de poule
dans 1/4 d'eau

Faire revenir les paupiette et ajoute les oignons et ensuite le bouillon de poule et le reste faire cuire 15 minutes en cuisson rapide bon app.

Paupiettes de dinde au riz

Moulinex cookeo

Paupiettes de dinde au riz

Ingrid Choux Bastien

Ingrédients :

pour 6 pers.
- 6 paupiettes de dinde
- 1 gros oignon
- 1 barquette de lardons
- 1 petite brique de vin blanc
- 1 brique de crème fraiche
- 400 g de riz blanc
- du fond de veau dilué dans de l'eau
- de l'eau
- sel / poivre
- 1 cuillère a café de moutarde

En mode manuel dorer

Faire dorer les 6 paupiettes
Ajouter les oignons et les lardons
Ajouter une petite brique de vin blanc et une brique de crème fraîche
Ajouter le fond de veau et la moutarde
Assaissonner sel /poivre

Remuer bien
Noyer d'eau jusqu'a recouvrir les paupiettes.
Puis cuisson rapide 10min !

Bon appetit

Paupiettes dinde et légumes

Moulinex cookeo

Paupiettes de dinde & ses petits légumes

Maeva Duffau

Ingrédients :

Pour 4 personnes

4 paupiettes de dinde,
1 gros oignon émincé,
1 barquette de lardons,
1cube de bouillon de volaille,
500gr de carottes en rondelles (ou 200gr de carottes et 250gr de pommes de terre coupé en 2) ,
2 tomates coupées en dés,
1 mignonnette de vin blanc,
1 verre de petits pois congelés,
1 briquette de crème liquide,
2 cuillères à soupe de maïzéna.

En mode dorer mettre à dorer l'oignon, les lardons et les paupiettes pendant 6 min,

Ajouter cube de bouillon, carottes, tomates, vin et petits pois, mettre 10min en cuisson rapide,

Ajouter la crème et la maizéna remuer avec spatule en bois, mettre cuisson rapide 5min. ____ bonne appétit

Paupiettes de dinde façon carbonade

Moulinex cookeo

Paupiettes de dinde façon carbonade

Salomé Degenève

Ingrédients :

Pour 4 personnes:
- 4 paupiettes de dinde
- 1 bière 1664 bouteille
- 5 tranches de pain d'épices
- fond de volailles
- sel et poivre

Faire dorer les paupiettes seules environ 5 minutes jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées (il est inutile de rajouter du gras)

Ajouter tout le reste, et écrasant légèrement le pain d'épices dans la bière pour avoir une jolie sauce bien liée

Passer en mode cuisson rapide environ 15/20 minutes suivant la taille des paupiettes.

À accompagner de tagliatelles, par exemple

Voilà, nous on s'est régalés hier soir avec cette recette sucrée/salée

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

Paupiettes pommes de terre champignons

cookeo

Paupiettes Pommes de terre champignons

Stephanie Gay-Mences

Ingrédients :

Pour 4 personnes :
- 4 paupiettes
- 1 boite de champignons
- 200 ml de bouillon de légumes
- 3 échalotets
- 50g de farine
- 1 c à s de crème fraiche (ou 100ml de crème d'amandes)
- sel, poivre
- 5 pommes de terre

En mode DORER, faire dorer les échalottes, fariner les paupiettes et les faire dorer 5 min.
Ajouter le bouillon de légumes, les champignons en cuisson rapide 28 min.
Ajouter la crème fraiche ou la crème d'amande.

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

cookeo

Paupiettes à la provencale

cookeo

Paupiettes à la provençale

Ludiwine Vota

Ingrédients :

Pour 2 personnes:
-2 paupiettes de dinde
-oignon
-ail
-herbes de Provence
-1 tomate
-1 courgette
-10 cl de vin blanc
-huile d'olive
-10 cl de fond de volaille
-sel, poivre.
- 100 gr de blé

Faire dorer les paupiettes avec un peu d'huile d'olive.
Retirer de la cuve, et faire dorer les oignons.
Ajouter les courgettes, faire dorer, puis mettre les tomates et l'ail.
Remettre les paupiettes, saler, poivrer et herbes de provence. Mettre le vin blanc puis passer en cuisson rapide 10 minutes.
A la fin, ajouter le blé et le fond de volaille, mélanger puis remettre à cuire 10 min cuisson rapide

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

cookeo

Paupiettes de poulet sucré salé

Moulinex cookeo

Paupiettes de poulet sucré/salé

Agnes Souty

Ingrédients :

pour 4 personnes
4 paupiettes de poulet,
5 courgettes (petite),
2 navets,
2 pomme de terre de taille moyenne,
2 pommes
lauriers(en poudre),
sel,poivre,
estragon(en poudre),
coriandre
2 oignons
j'ai mis presque 1 cuillère a soupe de tous les epices sauf pour la coriandre ou j'ai mis 1/2 cuillère a café.

faire revenir les paupiettes dans un peu de beurre et d'huile d'olive...réserver..faites revenir tous les legumes(en mode dorer)je les ai laisser pendant 12min tout en remuant de temps en temps...rajouter la viande puis passer en mode cuisson rapide pendant 10 min...et voilà c'est prêt...et trop bon...

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

Paupiettes chorizo mozzarella

Paupiettes chorizo champignons frites

Paupiettes de porc tomates

Cookeo Moulinex

Paupiettes tomates

Ingrédients pour 5 personnes

5 pa
upiettes de proc
1 oignon
1 grosse boite de champignons de Paris
1 petite boite de tomates pelées
1 cube de bouillon de bœuf
300 ml d'eau
Sel
Poivre
2 cuillères à café de concentré de tomates
1 cuillère à café de moutarde
1 petit verre de vin blanc

Mode dorer

Faites dorer les oignons avec de l'huile d'olive dans la cuve .
Faites dorer ensuite les paupiettes de porc .
Ajoutez les champignons de Paris ,les tomates pelées.
Versez le verre de vin blanc et 300 ml d'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté.
Salez et poivrez .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 15 mn

Quand la cuisson est terminée ajoutez la moutarde et les 2 cuillère sà café de concentré de tomates. Servez chaud

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

Paupiettes de porc et farfallines

cookeo

Paupiettes de Porc et ses farfallines

Lydie Sepulveda

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 4 paupiettes de porc
- 150g bacon en allumettes
- Oignon
- Herbes de Provence
- 100ml fond de veau
- 100 ml vin blanc
- 250g de farfallines Barrilla
- Crème semi épaisse 3CS

Faire dorer les paupiettes, lardons, oignons
Ajouter vin blanc et fond de veau
Cuisson rapide 6mn

Ensuite ajouter les farfallines + eau environ 300/400ml
Cuisson rapide 4mn

Ajouter la crème fraîche et dorer 1mn

cookeo

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

Paupiettes de veau tomates et pennes

Paupiettes de veau à la crème

Paupiettes de veau à la crème

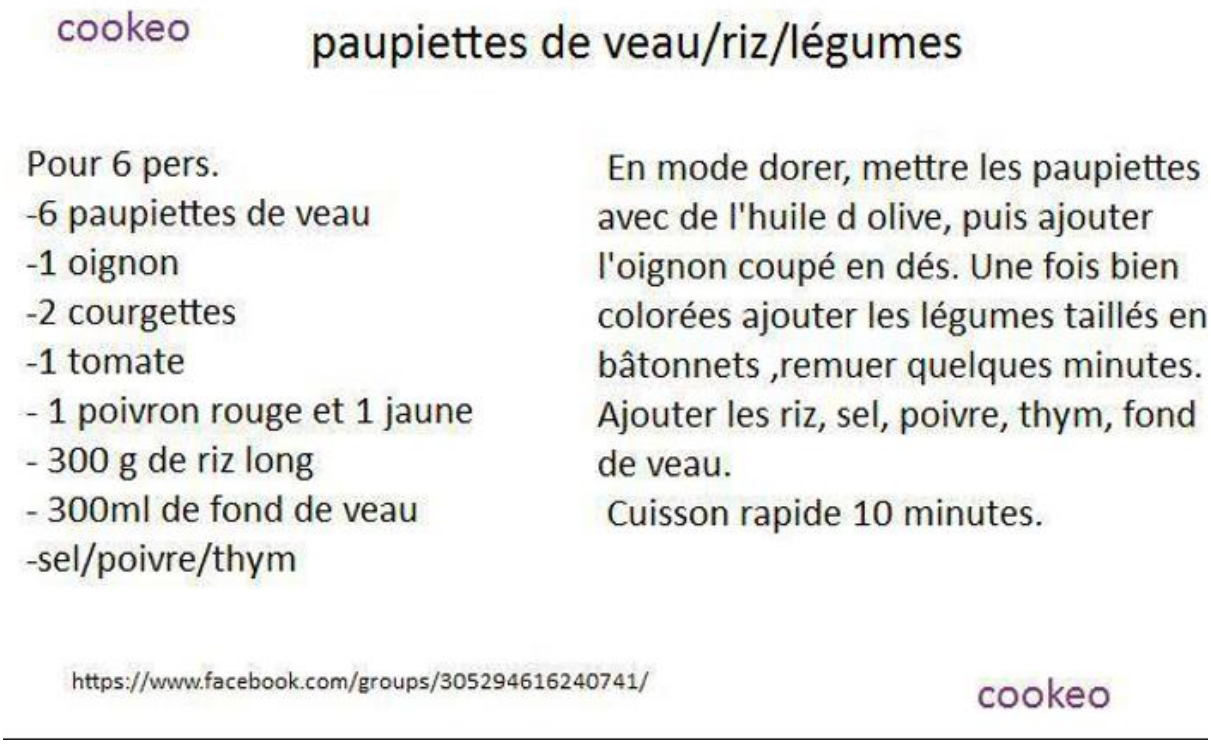
	2	4	6
Paupiettes de veau	2	4	6
Fond de veau	8 cl	9 cl	10 cl
Champignons de Paris	75 g	125 g	200 g
Huile d'arachide	2 cs	4 cs	6 cs
oignons émincés	1/2	1	1,5
Lardons	50 g	100 g	150 g
Crème fraiche entière	1 cs	2 cs	3 cs
Persil plat ciselé	2 cc	4 cc	6 cc
Sel et poivre			

Préparation : 5 mn Cuisson : 10 mn

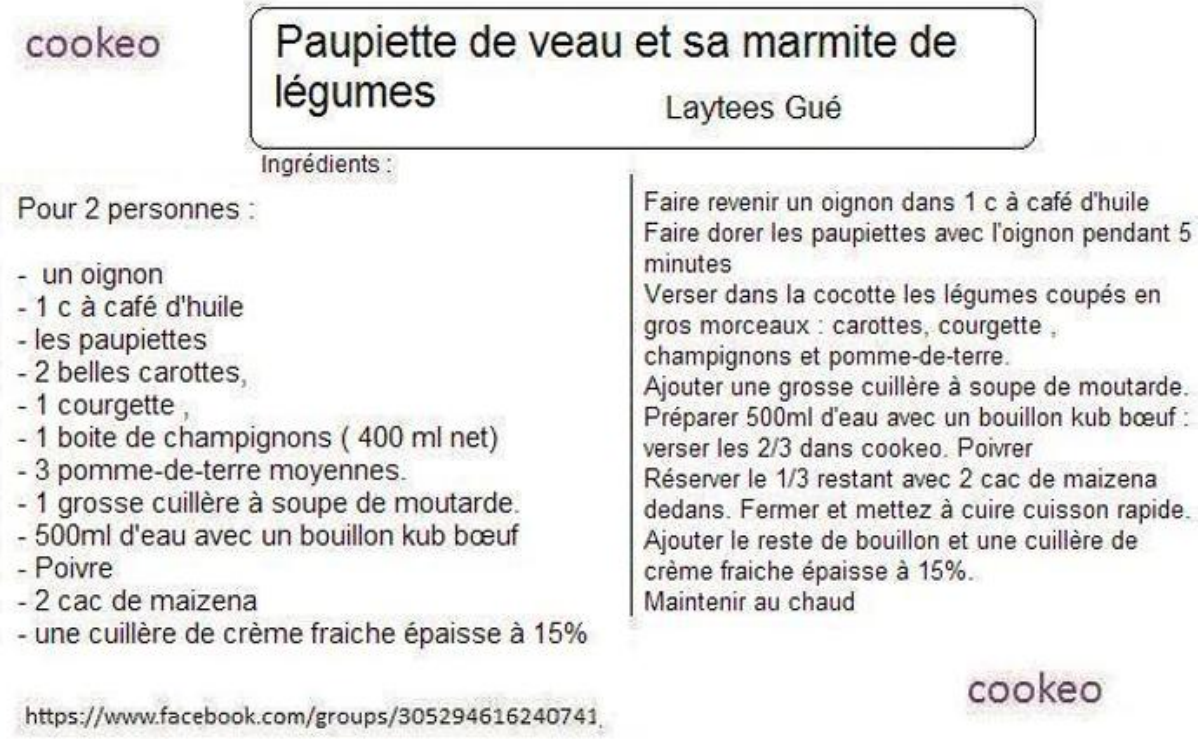
Préparation :
Verser l'huile dans la cuve
Préchauffage
Colorer les paupiettes de veau sur toutes les faces.
Retirer.
Faire sauter les champignons.
Ajouter lardons et oignons
Laisser colorer.
Arrêter de dorer
Ajouter les paupiettes et le fond de veau;
Saler et poivrer
Cuisson
Ajouter la crème et le persil.
Servir.

Paupiettes de veau forestière

Paupiettes de veau riz légumes



Paupiettes de veau et sa marmite de légumes



Paupiettes de veau au bacon

Paupiettes de veau

cookeo

paupiettes de veau/riz/légumes

Pour 6 pers.
-6 paupiettes de veau
-1 oignon
-2 courgettes
-1 tomate
- 1 poivron rouge et 1 jaune
- 300 g de riz long
- 300ml de fond de veau
-sel/poivre/thym

En mode dorer, mettre les paupiettes avec de l'huile d olive, puis ajouter l'oignon coupé en dés. Une fois bien colorées ajouter les légumes taillés en bâtonnets ,remuer quelques minutes. Ajouter les riz, sel, poivre, thym, fond de veau.
Cuisson rapide 10 minutes.

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

cookeo

Paupiettes de veau sauce crème champignons

cookeo

paupiettes de veau sauce crème champignons

-6 paupiettes de veau
-1 petite boite de champignons
-10 cl de vin blanc
-1 marmite de bouillon de veau
crème fraiche

Faire dorer les paupiettes, ajouter champignons, vin blanc et bouillon de veau délayé dans un peu d'eau.
Cuisson rapide 10 minutes.
Ajouter la crème fraiche;

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

cookeo

Paupiettes roulées et légumes

cookeo

Paupiettes roulées et ses légumes printaniers

Maeva Mathieu Chupeau

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 4 paupiettes roulées,
- quelques tomates cerises,
-2 carottes,
-1 poivrons ou (poêler de légumes surgelés),
-1 cuillère à soupe de Pesto (vert).

En mode DORER faire revenir les légumes et les paupiettes dans de l'huile d'olive et un noisette de beurre pendant environ 7 minutes.

Ensuite ajoutez une cuillère à soupe de Pesto et Cuisson rapide 4 minutes

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

cookeo

Paupiettes de porc à la tomate

Moulinex cookeo

Paupiette de porc a la tomate

Isabelle Fugier

Ingrédients :

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

Paupiettes de porc au vin rouge

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 boite de tomates concassés ou coulis de tomates
2 cuillère a soupe de maïzena
sel/poivre

1/en mode manuel >fonction dorer
faites revenir 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 garnis 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

Paupiettes de porc à la tomate 1

Moulinex cookeo

Paupiette de porc a la tomate

Isabelle Fugier

Ingrédients :

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

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

Paupiettes de porc à la tomate➳➳➳

Cookeo

Paupiettes de porc à la tomate

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

4 paupiettes de porc
400 g de champignons de Paris congelés
100 g d'oignons congelés
1 cube de bouillon de boeuf
1 petite boite de tomates concassées
Sel
Poivre
2 cuillères à soupe de curry
4 cuillères à café de concentré de tomates

Préparez un bouillon avec 500 ml d'eau, un cube de bouillon de bœuf,2 cuillères à soupe de curry , du sel, du poivre.

Allumez votre Cookeo .. Incorporez vos ingrédients . En commençant par les oignons ,les champignons de Paris, les paupiettes et les tomates concassées. Puis choisissez la **fonction manuel**
Choisissez la **fonction cuisson rapide** puis faites OK.
Programmez le temps de cuisson ici 15 mn
L'appareil vous demande si vous souhaitez un départ immédiat de cuisson vous faitesOK . Ensuite vous pouvez fermer le couvercle, cookeo se met en préchauffage et va faire la cuisson de votre recette .

Paupiettes de porc à l'ananas

Moulinex cookeo

Paupiettes de porc a l'ananas

Elise Bigouden

Ingrédients :

pour 4 pers :
4 paupiettes de porc,
une petite boite de dés d'ananas,
1 oignon emincé,
sel, poivre.

Verser tout les ingredients dans la cuve y compris le jus d'ananas de la boite.

Faites dorer le tout 5 min puis cuisson rapide15 min.
On peut servir avec du riz, c'est parfait

Paupiettes de volaille

Moulinex cookeo

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.

Paupiettes de porc

cookeo

Paupiettes de porc

Claude Sauze

Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 4 paupiettes
- 1 petite boite champignon
- 1 oignon
- 150gr lardons
- 4 grosses pomme de terre coupé en cube
- 1CS de farine
- 1cube de volaille
- 200ml vin blc
- 250ml de fond de veau
- poivre persil

Mettre en mode DORER
Faire revenir les paupiettes avec lardons champignon oignon, rajouter la farine puis ensuite le vin blanc, le fond de veau, le cube, les pommes de terre et le persil,

Mettre en cuisson rapide 12min.

A la fin un peu de creme liquide pour adoucir.

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

cookeo

Paupiettes de veau champignons et riz

Moulinex cookeo

Paupiettes de veau aux champignons et riz

Bertrand Leridez

Ingrédients :

pour 4 personnes :

- 4 paupiettes de veau
-une poigné de mélange de champignons forestiers surgelés (ou frais)
-100 ml de bouillons de légumes
-3 échalottes
-50 g de farine
-1 cuil à soupe de crème fraîche
-sel, poivre
-du riz (2 sachets pour 2 pers)

-en mode dorer, faire dorer les échalottes émincées.

-fariner les paupiettes et les mettre dans le cookéo à dorer environ 5 mn

-ajouter le bouillon
-en mode cuisson rapide, cuire 7 mn

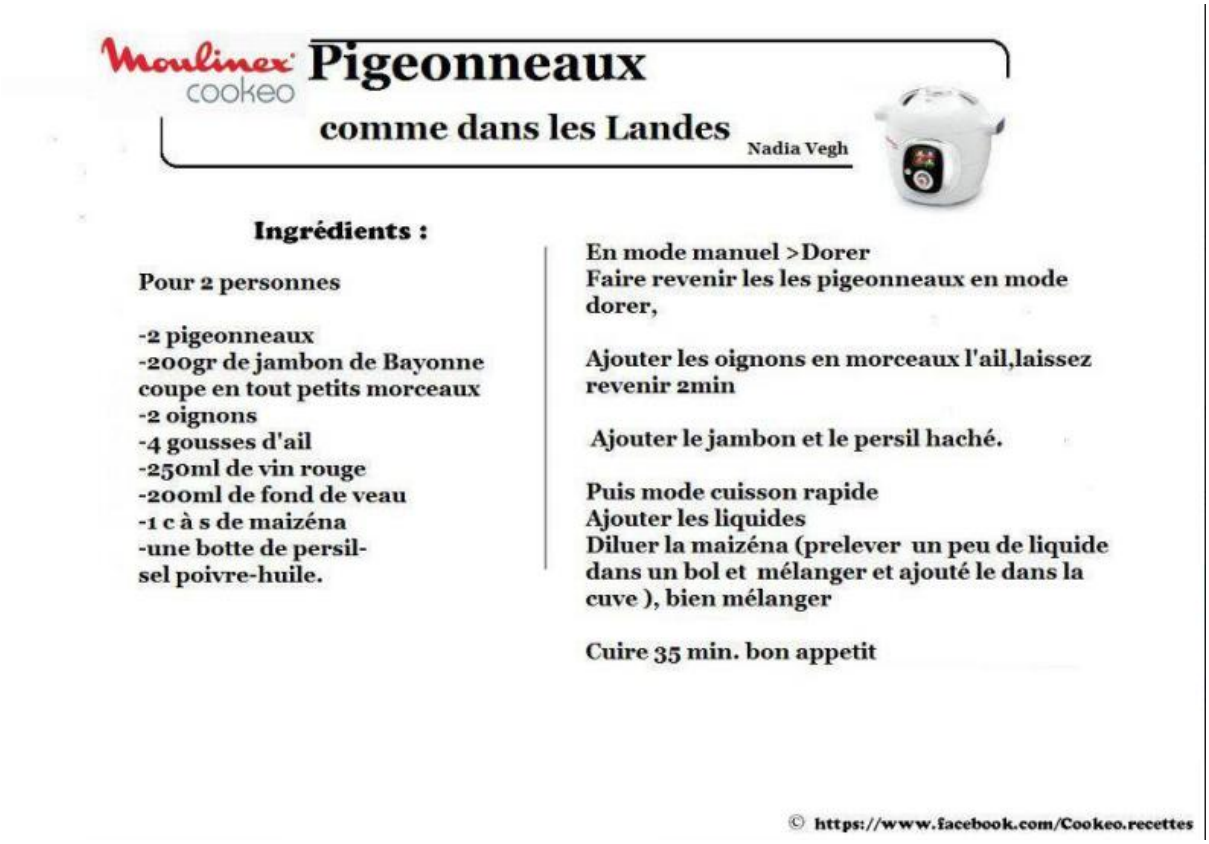
-ajouter riz et champignons et en mode cuisson rapide cuire 8 mn.

-Ajouter la crème fraîche
-touiller et c'est pret à déguster !

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

VOLAILLES / GIBIERS

Pigeonneaux comme dans les landes



Moulinex cookeo

Pigeonneaux

comme dans les Landes

Nadia Vegh

Ingrédients :

Pour 2 personnes

-2 pigeonneaux
-200gr de jambon de Bayonne coupe en tout petits morceaux
-2 oignons
-4 gousses d'ail
-250ml de vin rouge
-200ml de fond de veau
-1 c à s de maizéna
-une botte de persil-
sel poivre-huile.

En mode manuel >Dorer
Faire revenir les les pigeonneaux en mode dorer,

Ajouter les oignons en morceaux l'ail,laissez revenir 2min

Ajouter le jambon et le persil haché.

Puis mode cuisson rapide
Ajouter les liquides
Diluer la maizéna (prelever un peu de liquide dans un bol et mélanger et ajouté le dans la cuve), bien mélanger

Cuire 35 min. bon appetit

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

Pilons de poulet moutarde

Moulinex cookeo

Pillons de poulet et pommes de terre à la moutarde

Audrey Aleera Loiseau

Ingrédients :

700g de pilons de poulet
2 c-à-s de moutarde
1 c-à-s de paprika
300ml de crème fraîche
150ml de fond de volaille
Herbes de provence
1 c-à-s farine
Pommes de terres
70g de lardons fumés, sel, poivre

Éplucher et couper les pommes de terres en 4.
Mettre tout les ingrédients dans la cuve (sauf la farine), mélanger.
Passer en mode manuel, cuisson rapide 10min. En fin de cuisson ajouter la farine si sauce trop liquide et prolonger de 5 à 10 min en cuisson rapide! C'est prêt

Pilons de poulet forestiers

Moulinex cookeo

Pilons de poulet Forestiers

et nid de tagliatelles

Laetitia Coutelle

Ingrédients :

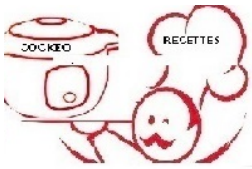
Pour 2 personnes

- 4 pilons de poulet
- 150 g de tagliatelles fraiches
- 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.

Pintade Aux champignons



Pintade entière champignons

Ingrédients

1 pintade 1,2kg
200 g d'oignons
200 ml de vin blanc
800 ml d'eau
1 grosse boite de champignons de Paris
Curry
Sel
Poivre
1 cube de bouillon de volaille
Huile d'olive

Préparation

Fonction ingrédients puis viandes puis volailles faites OK
Indiquez le poids de votre pintade
Démarrez la recette en versant de l'huile d'olive dans la cuve .
Faites revenir la pintade sur toutes ses faces puis ajoutez les oignons .
Ajoutez ensuite les champignons de Paris .
Salez et poivrez ,saupoudrez de curry .
Arrêtez la fonction dorer
Versez le bouillon composé de 200 ml de vin blanc , de 800 ml d'eau et d'un cube de volaille émietté.
Programmez 28 mn de cuisson faites ok puis fermez le couvercle du cookeo
Sortez la pintade du cookeo pour la découper en morceaux .

Pintade aux raisins

Pintade aux raisins

proposée par Céline Lucas Ménard

Ingrédients :

une pintade,
un oignon,
200 ml de bouillon,
un paquet de raisin de corinthe,
sel et poivre

Mettre le cookeo en fonction dorer.

Faire revenir l'oignon puis mettre la pintade à dorer sur toutes les faces.

Quand celle ci est dorer rajouter les raisins et le bouillon et assaisonner.

Mettre le cookeo en fonction cuisson rapide 20min.

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

Pilons de poulet au reblochon

Pilons de poulet

au reblochon & pomme de terre

Valerie Aureline

Ingrédients :

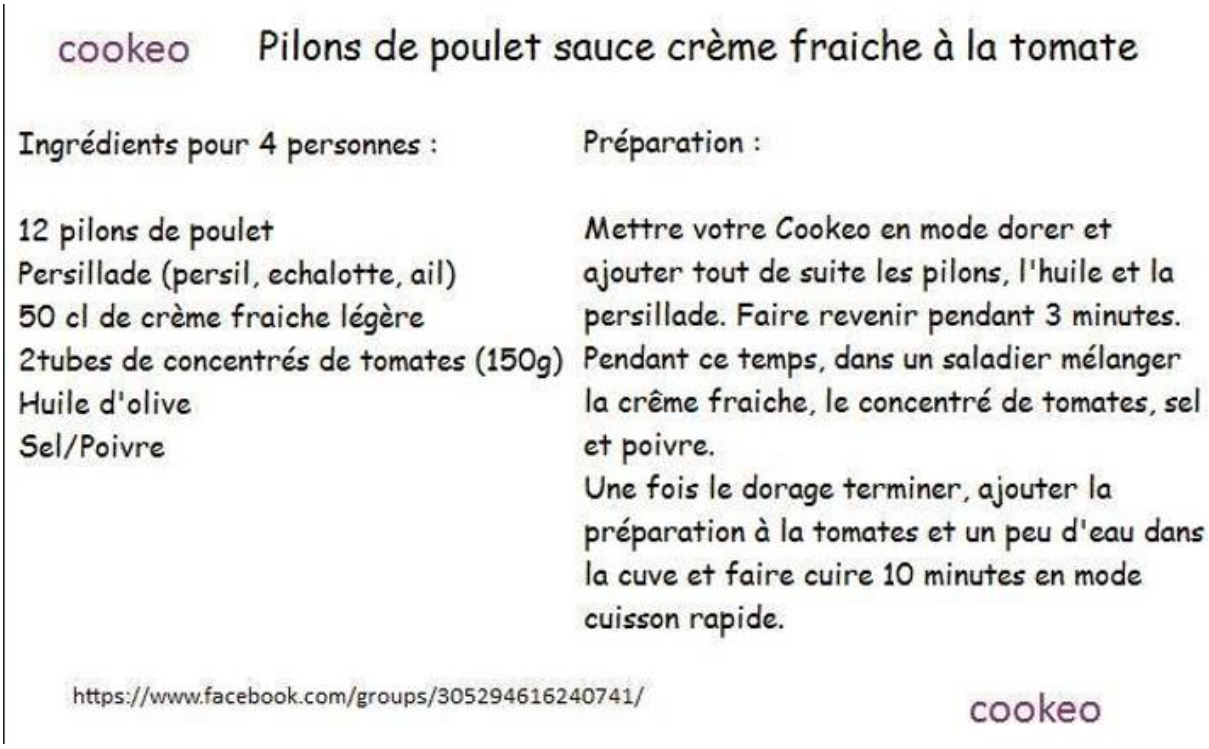
Une barquette de pilons de poulet (7 pilons environ)
Pomme de terre (environ une vingtaine)
2 cuillères a café de moutarde
1 brique de crème liquide
Un peu d'eau
Du reblochon (moi j'ai mis la moitié)
Sel
Poivre
Herbe de Provence

Mettre un peu d'huile dans la cuve.
Ensuite vos pilons de poulet mode dorer.
2 cuillères de moutarde
Moi j'ai laissé dorer le temps du préchauffage plus 2 minutes.
Ensuite j'ai mis mes pomme de terre couper en morceaux
Un peu d'eau mode dorer 1 minute. Sel Poivre et herbes de Provence.
On ajoute la brique de crème liquide
On passe en cuisson rapide 12 minutes
Au bout des 12 minutes j'ai rajouté le reblonchon en morceaux en mode réchauffer 3 minutes.

Bon appétit

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

Pilons de poulet tomates crème fraîche



cookeo

Pilons de poulet sauce crème fraiche à la tomate

Ingrédients pour 4 personnes :

12 pilons de poulet
Persillade (persil, echalotte, ail)
50 cl de crème fraiche légère
2tubes 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 crême fraiche, le concentré de tomates, sel et poivre.
Une fois le dorage terminer, 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

Pilons de poulet miel citron

cookeo

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

Mode dorer, faire revenir les pilons de poulet dans l'huile ou le beurre, ajouter l'ail et l'oignon et laisser suer 2 minutes.
Ajouter le miel, saler, poivrer et laisser revenir encore 2 min.
Couper le citron en fines tranches.
Ajouter le citron, melanger et ajouter 50 ml d'eau.
Lancer la cuisson rapide 5 min.
Passer en mode dorer pour reduire la sauce et enrober les pilons.

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

cookeo

Pilons de poulet tomates

pilons de poulet tomates

	2	4	6
Pilons de poulet	4	8	12
Oignons émincés	100 g	150 g	200 g
Tomates cerises	8	16	24
Branche de thym	1	1 ½	2
Paprika	1 cc	½ cs	1 cs
Fond de veau	10 cl	15 cl	20 cl
Huile végétale	1 cs	2 cs	2 cs
Sel et poivre			

2P Préparation : 8 mn Cuisson : 08 mn
4P Préparation : 8 mn Cuisson : 09 mn
6P Préparation : 8 mn Cuisson : 10 mn

Préparation :
Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage
Faire revenir les pilons de poulet, les oignons et le paprika pendant 10 (2 pers) à 15 mn (6 pers).
Ajouter le reste des ingrédients dans la cuve.

Pilons de poulet aux épices et raisins

Pilons de poulet aux épices, raisins secs et pruneaux

cookeo

Ingrédients :

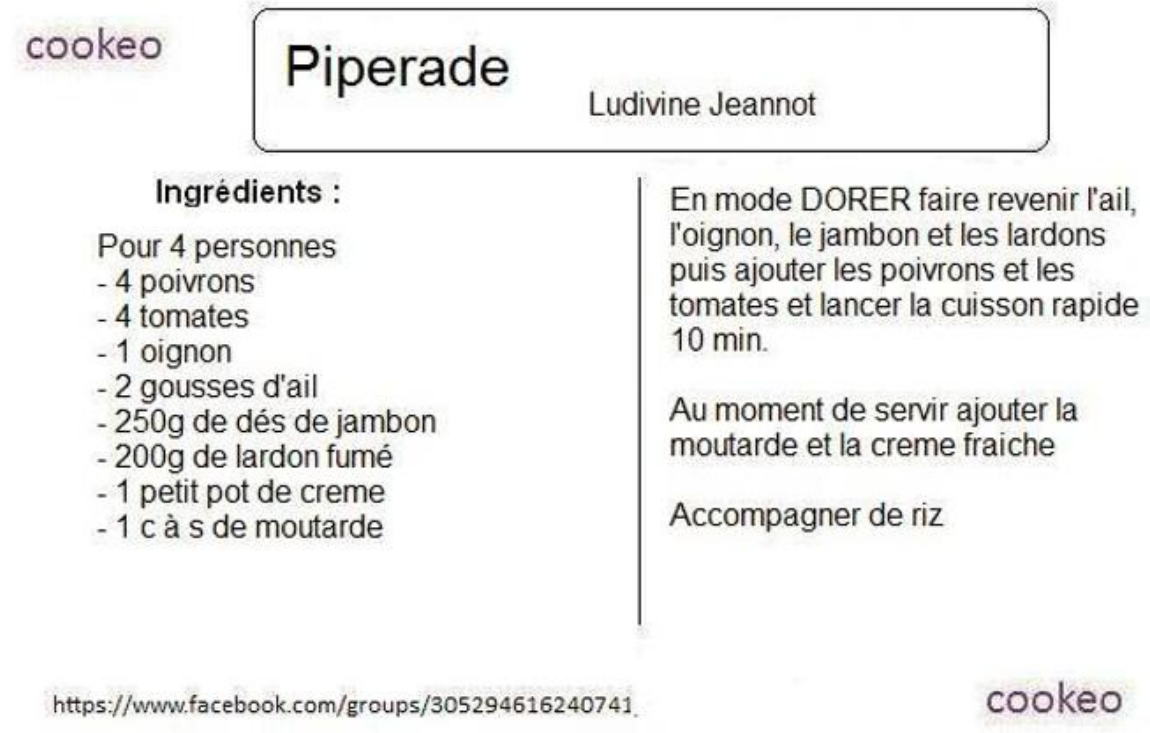
Pour 4 personnes :

- 8 pilons de poulet
- 2 gros oignons
- 2 à 3 gousses d'ail
- 1 dose de safran en poudre
- 50 gr raisins secs
- 10 à 12 pruneaux
- Sel et poivre
- ½ cuillère à café de gingembre en poudre
- ½ cuillère à café de cannelle en poudre
- ½ cube de bouillon volaille
- 1 cuillère à soupe rase de farine
- 30 cl d'eau
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive

- Mode doré : faire revenir les pilons de poulet dans l'huile d'olive pendant 5 mn.
- Ajoutez les oignons et l'ail émincés, poursuivre le dorage 2 à 3 mn en plus.
- Incorporez les épices, le cube de bouillon volaille émietté, saupoudrez de farine
- mélangez, et mouillez avec l'eau.
- Bien mélanger le tout, salez et poivrez à votre convenance.
- Ajoutez les raisins secs et les pruneaux.
- Passez en mode cuisson rapide pour 15 mn.

Pilons de poulet et ebly tomates

Piperade



Poêlée pommes de terre chorizo

cookeo

Poêlée pommes de terre haricots lardons chorizo

Ingrédients :

Pour 2 à 3 personnes

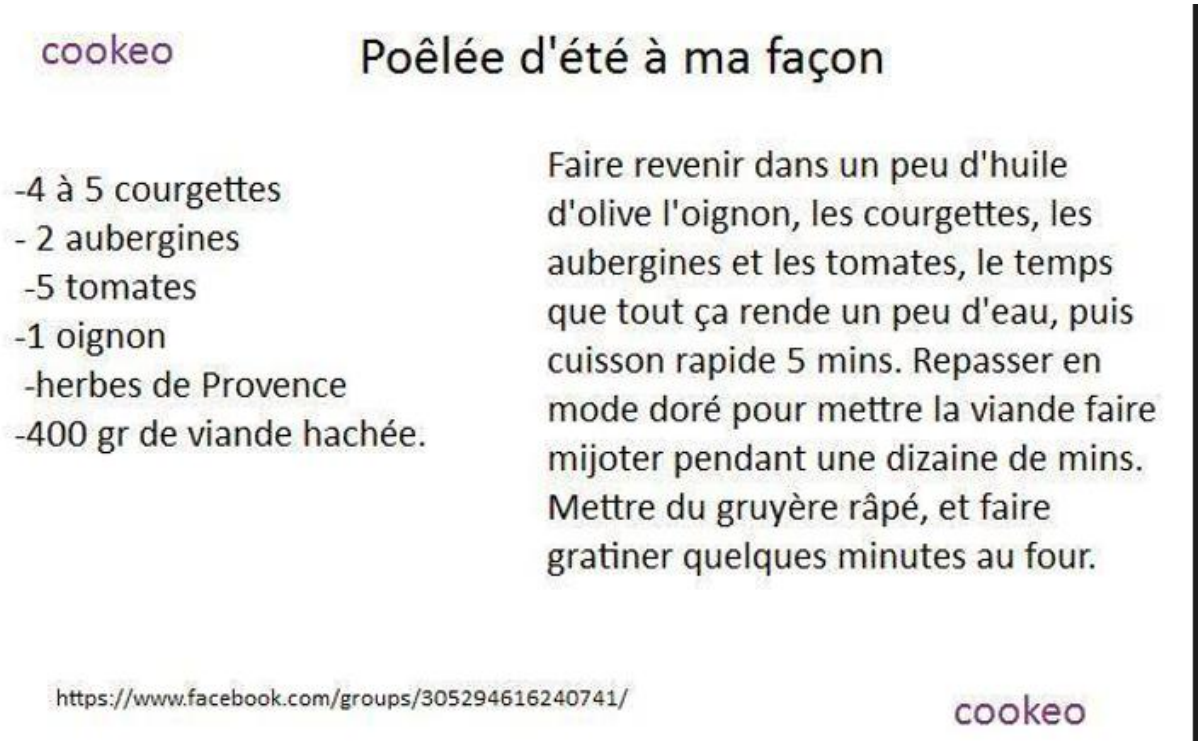
- 500g de pommes de terre
- 150g de lardons
- 1/2 boîte de haricots verts
- Chorizo
- 100ml d'eau
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche

- Faire dorer oignon, lardons, chorizo
- Ajouter les pommes de terre, les haricots et l'eau, salé, poivré, mélanger.
- Passer en cuisson rapide 12min

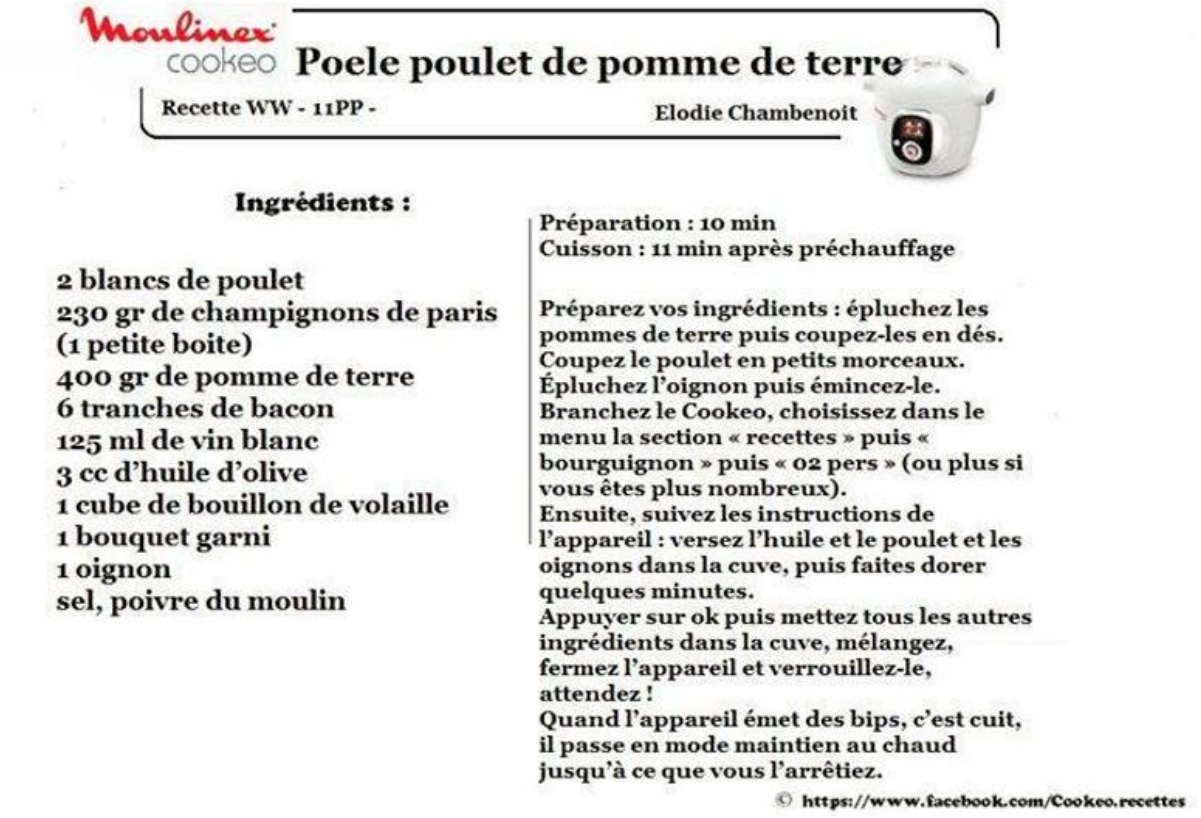
https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

cookeo

Poêlée d'été



Poêlée poulet pommes de terre



Poulet basquaise Moulinex

POULET BASQUAISE APPLI MON COOKEO

Ingrédients pour 4 personne(s) :

4 cuisses de poulet (séparer haut des cuisses et pilons)
2 cs d'huile d'olive
500 g de poivrons: rouges, verts, jaunes, émincés
200 g de concassée de tomate
10 cl de vin blanc
5 cl d'eau
1/2 d'oignon émincé
2 gousses d'ail haché
2 cs de farine
Sel, poivre, piment d'Espelette

Résumé :

Préparer les ingrédients.
Emincer les poivrons: rouges, verts, jaunes.
Emincer les oignons.
Inciser les hauts de cuisse jusqu'à l'os. Fariner légèrement les morceaux de poulet.

Poivrons farcis

Moulinex cookeo

Poivrons farçis

Morgane Mayeur

Ingrédients :

Pour 4 personnes

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

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

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

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

POMMES DE TERRE ET VIANDES

Pommes de terre au lard

Moulinex cookeo

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 !

Pommes de terre corned beef

Moulinex cookeo

Pomme de terre corned beef

Frédérique le Roux

Ingrédients :

pour 2 personnes

6 pommes de terre moyennes
1 boite 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.

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

Pommes de terre bacon

cookeo

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

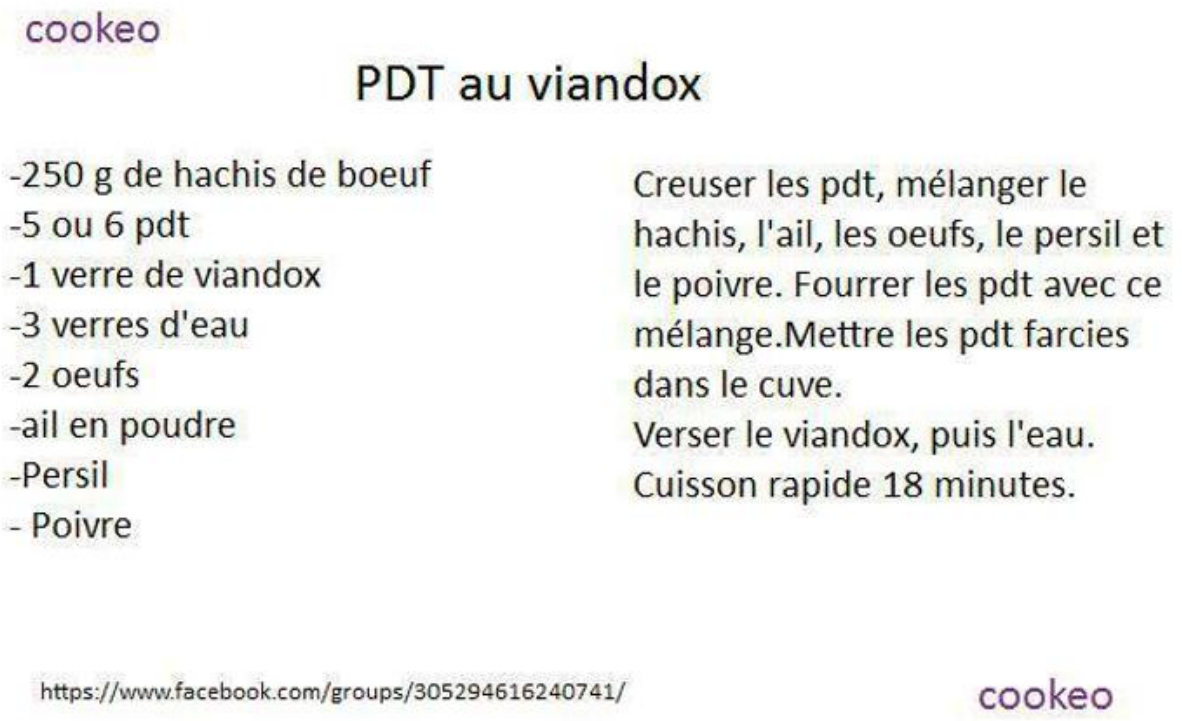
Faire revenir les pdt coupées et les allumettes.
Ajouter les autres ingrédients, remuer.
Cuisson rapide 10 minutes.

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

cookeo

Pommes de terre farcies

Pommes de terre au viandox



Pommes de terre farcies de Sandrine

Pommes de terre aux 2 jambons

Moulinex cookeo

Pomme de terre boulangere aux 2 jambons

Karine Lauriane Timéo

Ingrédients :

Pour 4 personnes

500g pommes de terre
4 tranche jambon cuit
4 tranche jambon de savoie
3 oignon
2 gousses d ail
1 branche de thym
5cl de vin blanc
25cl de bouillon de legume
1 trait d huile
sel poivre

Eplucher oignons ,ails et pdt couper les pdt en rondelles.

Faire dorer l oignon l ail et le thym avec de l huile verser le vin porter a ebullition ajouter les pdt et le bouillon retirer le thym.

Couper le jambon en lamelle puis mettre dans la cuve avec les pdt cuire en mode cuisson rapide 10min .

Pommes de terre aux endives

Pommes de terre aux endives

proposée par Mamsèle 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 !!!

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

Pommes de terre vin blanc franc comtoise

cookeo

PDT au vin blanc façon franc comptoise

Pour 6 pers.
-1, 2 kg de pdt
-2 oignons
-750 ml de vin blanc sec
-250 g de lardons allumettes fumés
-Saucisse de Montbéliard
-Saucisse de Morteau
-Sel et poivre

Alterner une couche de pdt, quelques lardons et oignons coupés en lamelles ni trop fines ni trop épaisses.
Sel poivre entre chaque couche.
Au dessus y déposer vos saucisses (saucisse de morteau coupées en rondelles).Arroser le tout de vin blanc.Cuisson rapide 15 mins.

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

cookeo

Pommes de terre paprika et bacon

Pommes de terre Paprika & Bacon

proposée par Elodie Dubus-Domagala

Ingrédients

pour 4 personnes

6 grosse pommes de terres (speciale risolé)
paprika
huile
oignons
1 barquettes de lamelles de bacons ou emincé de lardon

En mode dorer :
je verse de l'huile (5/6 cuillères a soupe quand même)
pendant le préchauffage,je coupe mes pommes de terre en cube
je fais revenir les oignons et les pommes de terres en même temps (même si le préchauffage est pas finis)
quand les pommes de terre commencent a devenir transparentes je met le paprika a volonté selon les gouts et en dernier le bacon pour pas qu'ils sont trop cuit
j'arrête le mode dorer quand les pomme de terre commencent a être cuite et je passe en mode cuisson 2min a peine pour pas que le cookeo sonne pour manque d'eau car j'en met pas sur cette recette, si il devait sonner on arrête la cuisson et on laisse le couvercle fermé quelques minutes c'est bon aussi !
une petite variante tester cette semaine avec un reste de fromage a raclette couper en morceau et rajouter a la fin avec le bacon !!

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

Pommes de terre à la savoyarde

cookeo

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 fraiche 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.

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

cookeo

Pommes de terre sauce cheddar

cookeo

pdt sauce cheddar

-6pdt
-6 Tranches de Jambon Cru
-4 Tranches de Cheddar Fondu (Fromages a hamburger)
-1 Oignon
-Crême Fraiche
-Huile d'olive
-Sel et Poivre

Faire dorer l'oignon.
Mettre tous les ingrédients.
Cuisson rapide 15 mins.

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

cookeo

Potée portugaise

Moulinex cookeo

Potée portugaise

Criki Cmoi

Ingrédients :

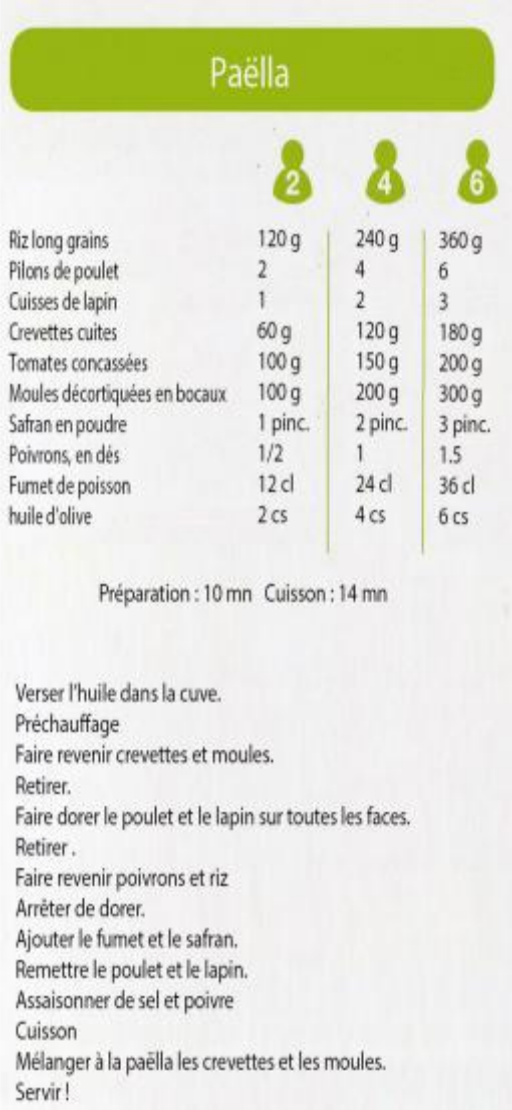
Pour 4 personnes

4 saucisses à cuire
1 chou rouge
1 barquette de lardons fumés
1 poignée de raisins secs
1 petite boite de concentré de tomates
2 à 3 carottes en rondelles
un peu de beurre
150 ml de vin de Porto

En mode dorer, faire dorer les saucisses sans les piquer, les retirer et réserver
Couper le chou en lanières en retirant les parties dures du trognon
En mode dorer, mettre le beurre, les carottes et le chou, commencer pendant le préchauffage, remuer pendant 8 minutes
Ajouter les raisins, le concentré de tomates, les lardons et le Porto. Bien mélanger.
Fermer et cuire en cuisson rapide pendant 35 minutes.
Ouvrir, ajouter les saucisses et cuire encore en cuisson rapide pendant 10 minutes.

POULET ET POULE

Paëlla



Paëlla

	2	4	6
Riz long grains	120 g	240 g	360 g
Pilons de poulet	2	4	6
Cuisses de lapin	1	2	3
Crevettes cuites	60 g	120 g	180 g
Tomates concassées	100 g	150 g	200 g
Moules décortiquées en bocaux	100 g	200 g	300 g
Safran en poudre	1 pinc.	2 pinc.	3 pinc.
Poivrons, en dés	1/2	1	1.5
Fumet de poisson	12 cl	24 cl	36 cl
huile d'olive	2 cs	4 cs	6 cs

Préparation : 10 mn Cuisson : 14 mn

Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage
Faire revenir crevettes et moules.
Retirer.
Faire dorer le poulet et le lapin sur toutes les faces.
Retirer .
Faire revenir poivrons et riz
Arrêter de dorer.
Ajouter le fumet et le safran.
Remettre le poulet et le lapin.
Assaisonner de sel et poivre
Cuisson
Mélanger à la paëlla les crevettes et les moules.
Servir !

Poulet ananas mais

Cookeo Moulinex

Poulet ananas maïs

Préparation 10 *mn* ***Cuisson*** 15 mn **Propoints** 6 **Calories 268**

Ingrédients pour 4 personnes.

400 g de poulet, en gros cubes
150 g de lanières de poivron
1 cube de bouillon de bœuf
150 g d'ananas, en gros dés
200 ml d'eau
80 g de grains de mais, en boîte
150 g de haricots rouges, en boîte
100 g d'oignons congelés
1 cuillère à soupe d 'huile d'olive

Préparation

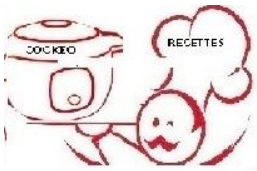
Mode dorer

Faites dorer dans l'huile d'olive les oignons et les morceaux de poulet. Puis ajoutez les lanières de poivrons, l'ananas en morceaux, les haricots rouges et le mais..
Versez l'eau et le cube de bouillon de bœuf émietté ;
Salez et poivrez.

Cuisson sous pression ou cuisson rapide

Programmez 15 mn
Servez chaud

Poulet aux 3 légumes



Poulet aux 3 légumes

Ingrédients pour 4 personnes

400 g d'escalope de poulet/2 courgettes/1 poivron/2 cuillères à soupe d'huile d'olive/1 cube de bouillon de bœuf/100 ml d'eau/100 ml de vin blanc/2 tomates/1 oignon/Sel/Poivre

Préparation

Coupez les escalopes de poulet en morceaux.
Epluchez et coupez l'oignon en morceaux.
Coupez les tomates en morceaux.
Epépinez et coupez le poivron en morceaux
Lavez et coupez les courgettes en morceaux .

Mode dorer

Versez l'huile d'olive dans la cuve puis faites revenir les oignons quand l'huile est chaude.
Ajoutez la viande et faites la revenir avec les oignons .
Ajoutez ensuite les poivrons, les courgettes, les tomates.
Versez un bouillon composé de 100 ml d'eau ,100 ml de vin blanc et d'un cube de bouillon de bœuf émietté.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn
Servez chaud avec un féculent de votre choix.

Poulet façon vallée d'Auge

Poulet façon vallée d'auge

	2	4	6
Escalopes de poulet, en cubes	300 g	600 g	900 g
Echalotes émincées	1	2	3
Pommes Golden	200 g	400 g	600 g
Champignons	100 g	200 g	300 g
Calvados	1 cl	1 cl	1.5 cl
Beurre	10 g	15 g	20 g
Crème fraiche épaisse	1 cs	2 cs	3 cs
Cidre	6 cl	8 cl	10 cl
Huile d'olive	1 cs	2 cs	3 cs
Sel et poivre			

Préparation : 15 mn Cuisson : 1 mn

Préparation :
Verser l'huile d'olive dans la cuve
Préchauffer
Faire dorer le poulet, puis les champignons, les échalottes, le beurre et les pommes.
Cuire en deux fois si besoin
Retirer la moitier des pommes.
Déglacer avec le calvados.
Ajouter le cidre
Saler et poivrer.
Ajouter la crème et le reste des pommes.
Servir avec un riz pilaf.

Poule à ma façon

Moulinex 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
1litre d eau ,
4 carottes ,
un petit poireau,
un oignon

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

Apres vidé la cuve (réservé l'eau de cuisson) metre 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 terminé , je laisse une peu de liquide dans la cuve , je mes 500gr de riz je rajoute un peu d eau que çà recouvre le riz je touille bien , cuisson rapide 8m . c'est un délice

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

Poulet à l'orange

cookeo

Poulet à l'orange

Lilou Moultipass

Ingrédients

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 huille d'olive

Enrouler une tranche de lard autour de chaque morceau de poulet fixée par un cure dent.
Deposer dans une boite, 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 boite secouer pour melanger et mettre au frigo 1 heure.
Couper les oranges restantesen rondelles moyennes, reserver.
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

Poulet au citron

Poulet au citron

Ingrédients pour 4 personnes

400 g de poulet, aiguillettes
150 g de marrons cuits entiers
100 g d'abricots secs
200 g de panais en gros cubes
32 g de fond pour rôti MAGGI
100 g d'oignon haché
1 cs d'huile
20 cl d'eau

Préparation

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve. Faites dorer l'oignon et le poulet pendant 5 à 8 minutes. Ajoutez tous les ingrédients et poivrer.

Cuisson sous pression : 10 min.

Servir avec une écrasée de pommes de terre. Bon appétit !

Poulet au Satay

Poulet au satay

	2	4	6
Aiguillette de poulet, émincées	300 g	600 g	900 g
Gingembre frais	1/2 cs	1 cs	1.5 cs
Sauce soja	5 cl	10 cl	15 cl
Miel	1 cs	2 cs	3 cs
Lait de coco	14 cl	18 cl	22 cl
Beurre de cacahuètes	35 g	70 g	105 g
Curry	1/2 cc	1 cc	1.5 cc
Cumin	1/4 cc	1/2 cc	3/4 cc
Eau	24 cl	46 cl	68 cl
Riz basmati	120 g	240 g	360 g

Préparation : 8 mn cuisson : 6 mn

Préparation :
Mettre le lait de coco et la sauce dans la cuve.
Préchauffage
Ajouter les morceaux de poulet, les épices et le gingembre.
Remuer, ajouter le miel et le beurre de cacahuette, retirer.
Arrêter de dorer.
Mettre le riz et l'eau dans la cuve.
Saler
Cuisson
Après la cuisson
Rajouter le poulet au riz pour le rechauffer.
Servir !

Poulet courges sauce mascarpone

Moulinex cookeo

Poulet et courgettes sauce au mascarpone

Stef Fany

Ingrédients :

Pour 4 personnes
800g de filets de poulet
3 courgettes
du curry,
de l'ail en poudre
une pincée de gingembre.
Un peu d'echalotte séchée.
Sel et poivre.
un petit pot de mascarpone

Faire dorer le poulet coupé en morceau avec du curry, de l'ail en poudre et une pincée de gingembre. Un peu d'echalotte séchée. Sel et poivre. Ajouter les courgettes coupées fines.

Cuisson poulet en morceaux 12Mn. (j'ai mis un ptit peu d'eau a la cuisson). Les courgettes fondent a la cuisson . A la fin y a ajouter un petit pot de mascarpone . Rectifier l'assaisonnement.

Poulet colombo olive

Poulet Colombo olives

Proposée par Francine Devie

Ingrédients

Pour 2 personnes

2 cuisse de poulet
1 oignon
Champignons
olives
épice : Colombo
1 cuillere a soupe de farine

En mode manuel > dorer
Faire revenir les cuisses jusqu'a coloration
ajoutez l'oignon + sel poivre +champignons
laisser dorer le tout 5/10mn
ajout du colombo(pour moi une c a s mais trop épicé) il faut en mettre moins
ajoutez les olives vertse et une c a s farine
couvrir d eau
et cuire 20mn mode cuisson rapide .

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

Poulet au curry

Poulet au curry

proposée sur le forum : supertoinette.com

Ingrédients

Pour 6pers.
6 à 8 escalopes de poulet taillées en dés
1 gros oignon émincé finement
2 gousses d'ail émincées
2 briquettes de lait de coco
1 bonne poignée de raisins secs moelleux (ou sinon à réhydrater dans de l'eau chaude 15mns)
1 banane bien mûre
Des graines à roussir (facultatif) - épicerie exotique
Du curry en poudre ou de la poudre de colombo - épicerie exotique
Huile d'olive, beurre, sel

en mode >manuel" - "dorer"
Faire fondre du beurre avec un peu d'huile d'olive
Y faire blondir l'oignon et l'ail émincés (les graines à roussir si vous en avez)
Ajouter le poulet taillé en dés, bien le colorer sur toutes ses faces
Saupoudrer de curry ou de poudre de colombo (généreusement pour bien parfumer - le colombo n'est pas très épicé)
Mélanger tout en ajoutant la poignée de raisins, les briquettes de lait de coco et la banane bien mûre coupée en morceaux
FERMER LE COUVERCLE -> passer en mode "cuisson rapide" pour 8 minutes
En fin de cuisson bien mélanger et servir ou laisser patienter le temps de terminer votre garniture (riz, pâtes, purée, ...)
Pour ma part j'ai servi avec du riz à poêler ... A vous de jouer !

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

Poule au riz

Moulinex cookeo

Poule / Poulet au riz

Anne Catherine Lelong Thibaut

Ingrédients :

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 deposer 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 poele 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!

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

Poule coco et riz

cookeo

Poulet coco et riz

Manon Guyot

Ingrédients :

Pour 2 personnes :

- 4 petites cuisses de poulet
- 1 oignon
- 300g de riz
- 500 ml de fond de veau
- 3 c à c de coco rapée
- 20 cl de lait de coco

Faire dorer les cuisses de poulet avec les oignons 3 min en remuant, salez. Ajouter le lait de coco, la coco rapée, le riz puis le mélange eau fond de veau.

Cuisson rapide 10 min

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

cookeo

Poulet au curry vert

poulet au curry vert

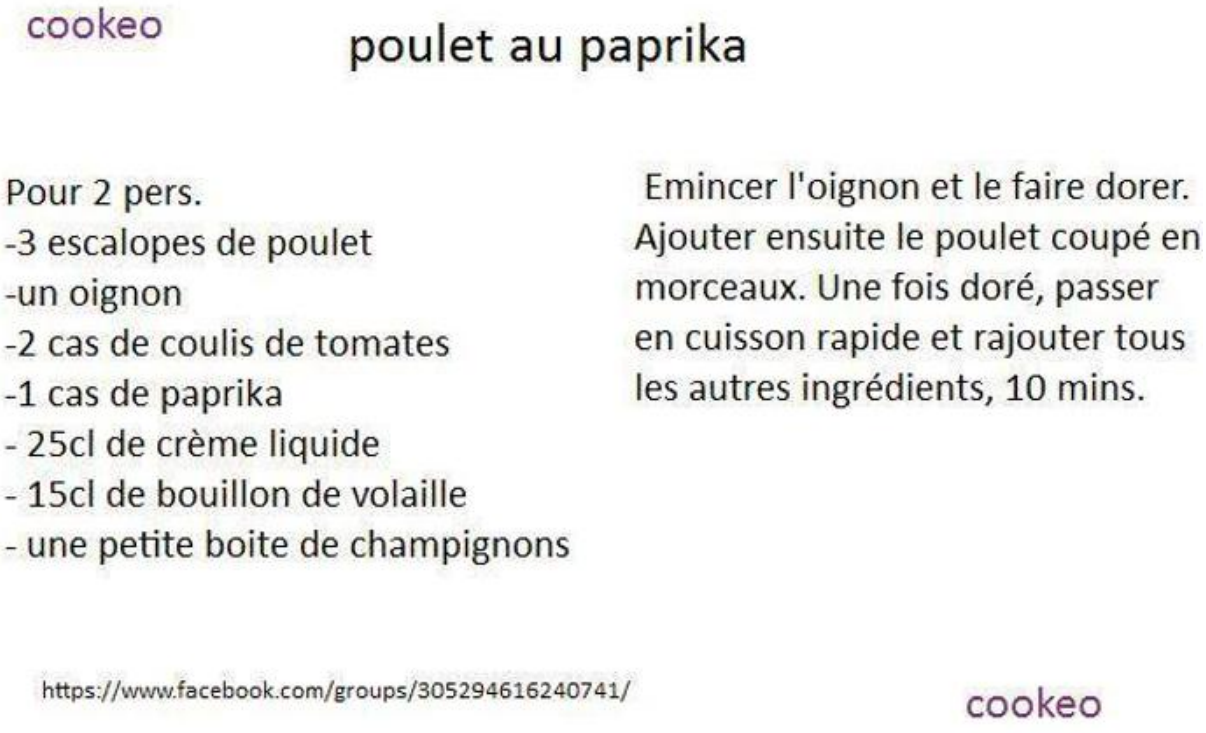
	2	4	6
Petits pois surgelés	75 g	90 g	110 g
Courgettes	80 g	100 g	130 g
Blancs de poulet	300 g	600 g	900 g
Oignons émincés	100 g	150 g	200 g
Lait de coco	12,5 cl	25 cl	37,5 cl
Curry vert	1 cs	1 ½ cs	2 cs
Huile	1 cs	1 ½ cs	2 cs
Sel et poivre			

Préparation : 10 mn Cuisson : 4 mn

Préparation :
Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage
Faire revenir les oignons et le poulet pendant 4 mn.
Arrêter de dorer.
Ajouter le reste des ingrédients.
Remuer.
Cuisson

Poule au blanc

Poulet paprika



Poulet cannelle et miel

Poulet paprika et pommes de terre➽➽➽

Cookeo

Poulet paprika et pommes de terre

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

4 escalopes de poulet
12 pommes de terre
100 g d'oignons congelés
Sel
Poivre
1 cuillère à soupe de paprika
1 cube de bouillon de boeuf
2 cuillères à soupe de crème fraîche
Huile d'olive

mode dorer

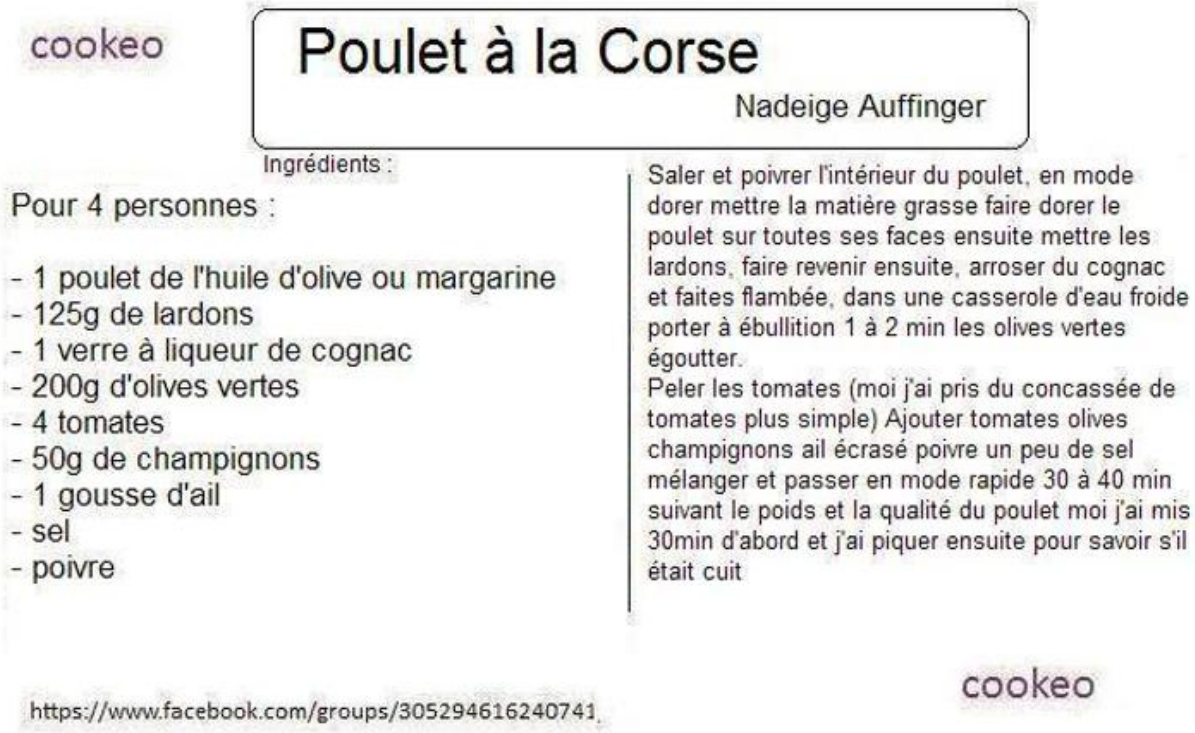
Versez de l'huile dans la cuve pour faire revenir les oignons et les morceaux de viande.

Saupoudrez de paprika ,mélangez. Ajoutez les pommes de terre.Salez et poivrez.

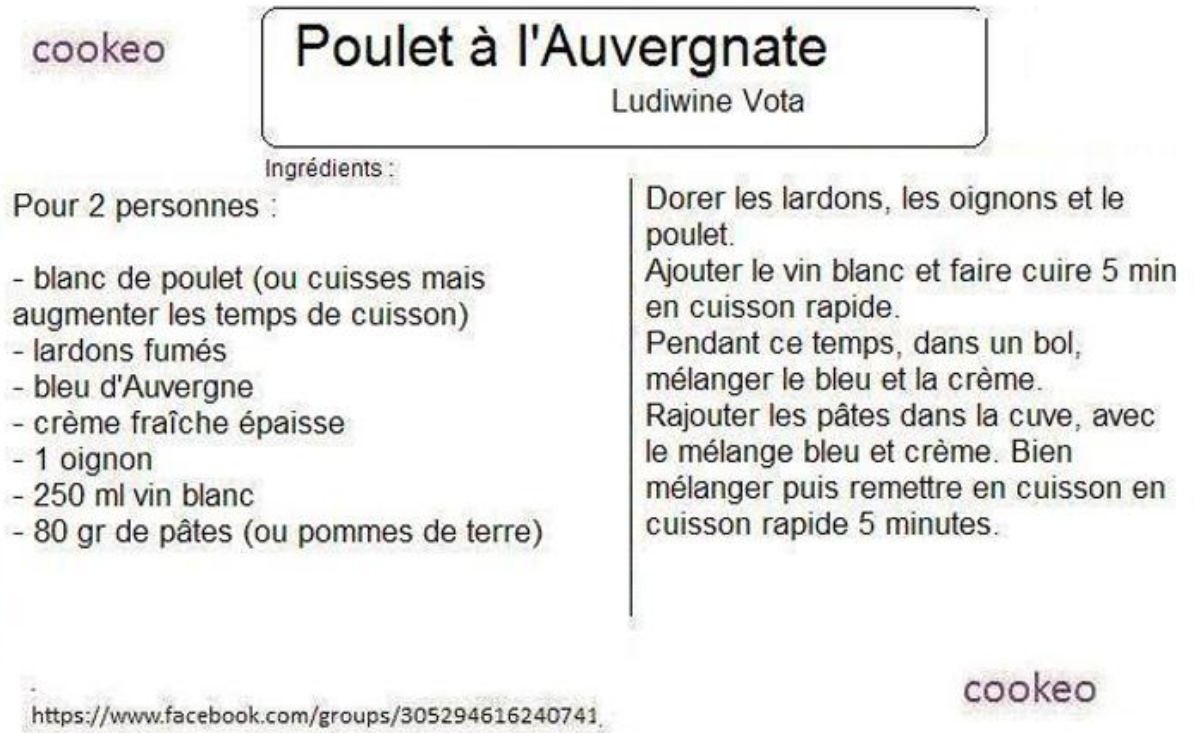
Versez un bouillon constitué d'eau et du cube de bouillon de boeuf.
Ajoutez 2 cuillères à soupe de crème fraîche.
Cuisson rapide 25 mn .

Pour épaissir la sauce repassez en fonction dorer et ajoutez une cuillère de fécule de mais.Laissez mijoter quelques minutes.

Poulet à la corse



Poulet à l'auvergnate



Poulet ananas coco

cookeo

Poulet ananas coco

Ludiwine Vota

Ingrédients :

Pour 2 personnes :

- aiguillettes de poulet
-1/2 échalote
-crème de coco
- 1 petite boîte d'ananas (garder le jus)
-200 ml fond de volaille
-90 gr de riz basmati
-curry, gingembre

Dorer les échalotes, le poulet et les morceaux d'ananas.
Déglacer avec le jus des ananas.
Ajouter le riz, remuer. Arrêter le mode dorer.
Ajouter la crème de coco, le curry, le gingembre et le fond de volaille.
Mélanger.
Faire cuire 10 minutes cuisson rapide.

cookeo

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

Poulet basilic

cookeo

Poulet au basilic

Annemaria Cayrol

Ingrédients :

Pour 2 personnes :

- 2 gros blancs de poulet
- 25cl de vin blanc
- 2/3 échalotes coupées en mx
- 100g de champignons (Paris ou autres)
- 1 poignée de feuilles de basilic coupées fin
- 1 cuillerée de moutarde
- 1 cuillerée de sauce soja
- 20cl crème fraîche
- sel et poivre.

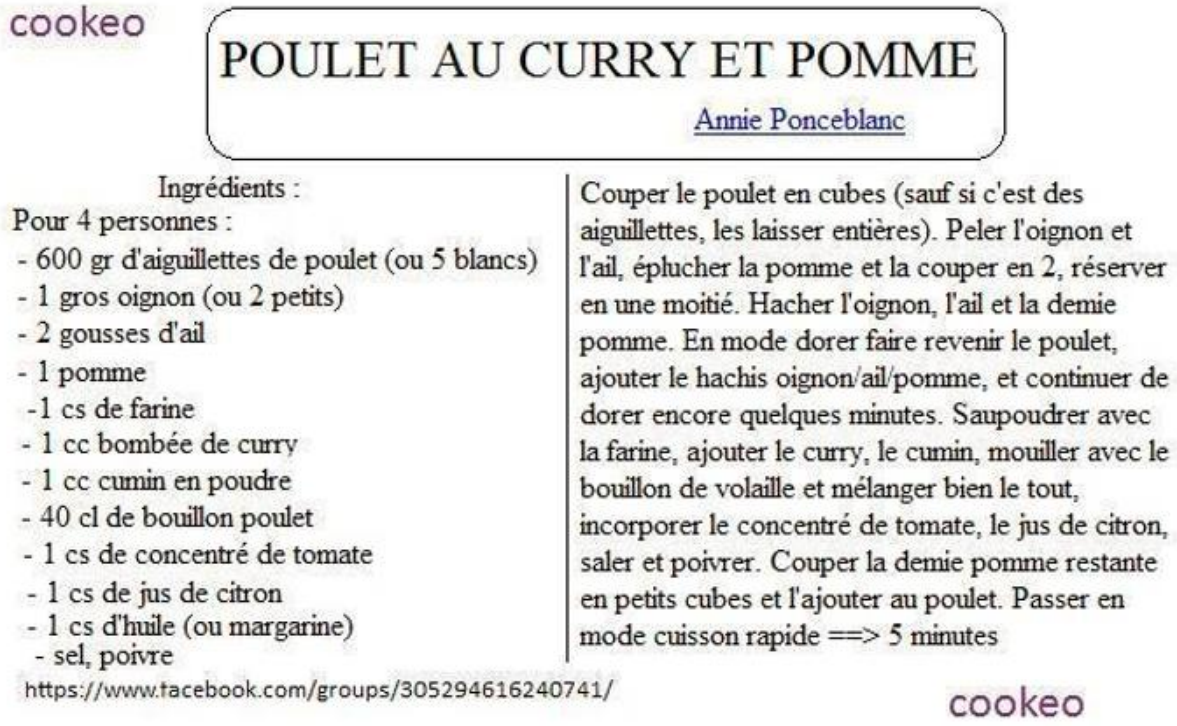
En mode dorer : l'échalote puis le poulet (5/6 minutes), les champignons, déglacer avec un peu de vin, ajouter la moutarde et le soja, le basilic, saler, poivrer ajouter le reste du vin, saler , poivrer et passer en mode rapide pendant 4 minutes.
Quand c'est prêt ajouter la crème fraîche servir avec une poelée de cèpes ou des pâtes fraîches

cookeo

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

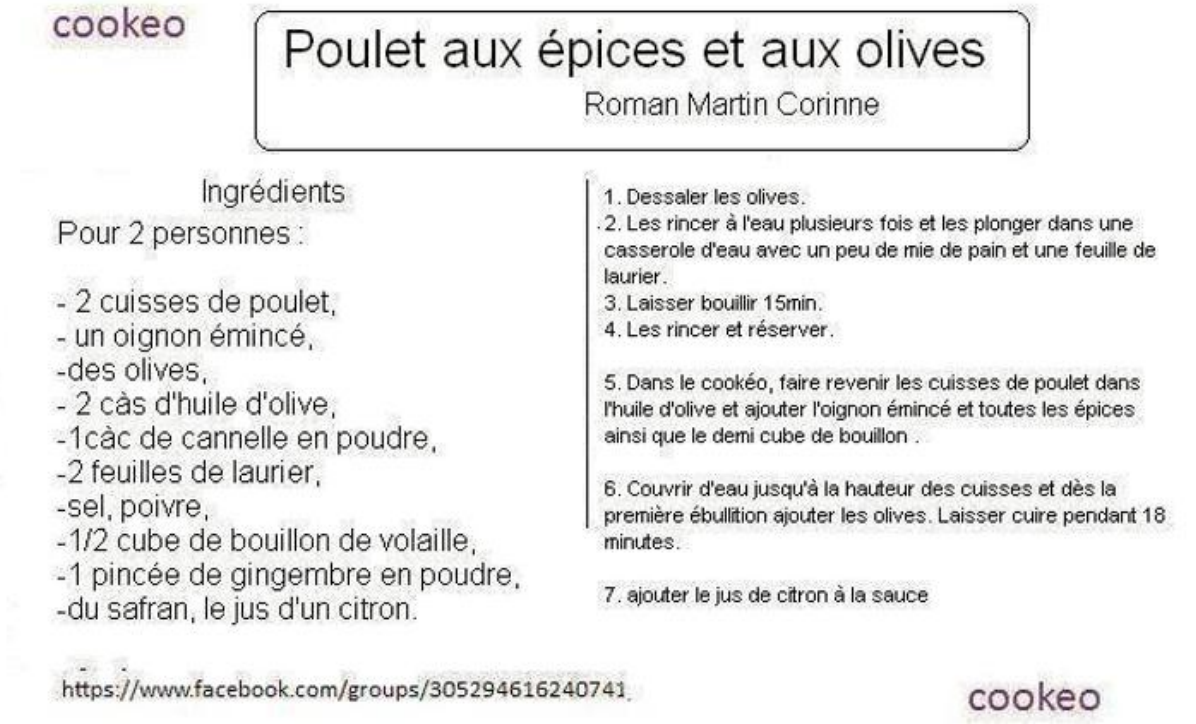
Poulet au coca

Poulet au curry et pommes



Poulet au vin blanc

Poulet aux épices



Poulet aux poivrons et oignons

Moulinex 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)

Poulet et rutabaga

cookeo

Poulet et rutabaga

Celine Guillemot

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 4 cuisses de poulet
- 3 rutabagas
- 3 carotes
- 200 ml de lait de coco
- 1 c. a s de miel
- sel, poivre
- épices pour Colombo de poulet
- 1 échalote

Séparer le haut de cuisse de la patte de poulet, faire dorer avec l'echalottes.
Ajouter le lait de coco, les rutabagas épluchés et coupe en cubes, les carotes en rondelles, le miel, sel, poivre et les épices. Bien mélanger.
Mettre en cuisson rapide 15 min

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

cookeo

Poulet Massalé

Poulet massalé

Emilie Quesnel

Ingrédients :

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

Poulet refougado

Poulet "refougado"

Sonia Manuel

Ingrédients :

4 personnes

4 cuisses de poulets
2 CS de paprika doux
1 oignon
1 boite de tomate concentrée
Spaghetti (selon vos gouts)
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!)

Poulet Biryani

Moulinex cookeo

Poulet Biryani (plat indien)

Aurélie Garcia

Ingrédients :

Pour 4 pers

- 400 gr de filet de poulet
- 2 oignons émincés
- 2 yaourts nature
- 2 tomates et 2 cc de concentré
- 150 gr d'épinards frais
- 350 gr de riz basmati
- 2 cc de paprika
- 3 cc coriandre
- 2 cc cumin
- 2 cc de gingembre en poudre
- 2 cc de curcuma
- 50 gr d'amandes entières
- 1l de bouillon de poule
- Sel, poivre

Mettre en position dorage, mettre un peu d'huile d'olive, et faire revenir les oignons et le poulet coupé en dès pendant 5mn.
Rajouter tous les ingrédients sauf les amandes et mettre en cuisson rapide 15 mn.
Quant c'est cuit, ouvrez le cookéo et rajouter les amandes.
Servir sans tarder! Bon apétit !

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

Poulet piperade

cookeo

Poulet piperade

- 4 escalopes de poulet ou cuisses de poulet
- 4 ou 5 oignons
- 1 poivron vert et 1 poivron rouge
- 5 tomates

Faire revenir la viande avec de l'huile d'olive en mode dorer.
Retirer la viande et mettre les oignons et poivrons.
Une fois dorés, mettre les tomates et ajouter la viande.
Saler et poivrer.
Cuisson rapide 10 mins.

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

cookeo

Poulet au comté

Moulinex cookeo

Poulet au comté

Syl Vie

Ingrédients :

pr 3-4 personnes.
500 gr de filets de poulets.
25 gr de beurre
1 cuillère à café d'huile d'olive
100 ML vin blanc
80 gr de comté
100 ML crème fraîche
sel , poivre.

en mode DORER : mettre huile , beurre et poulet ,faire dorer.
ensuite , en mode " cuisson rapide" , mettre vin, sel, poivre. 3 minutes.
ensuite , retirer le poulet dns un plat à four.
finir de lier la sauce dans le cookéo en ajoutant le comté et la crème en mode DORER jusqu'à ce que le comté soit fondu.
vider sur le poulet et mettre qques minutes sous le grill du four.
voilà !!! (à déguster avc ds pâtes cuites au préalable au cookéo)

Poulet à l'oignon

Moulinex cookeo

Poulet à l'oignon

Stéphanie Zamprogna

Ingrédients :

4 personnes:

1/2 poulet en morceaux,
2 gros oignons,
de l'ail,
2 verres d'eau,
sel, poivre.

Faire dorer le poulet (ingrédients, volaille, selectionner le poids, dorer).

une fois que c'est bien doré, l'enlever et mettre les oignons et l'ail pour qu'ils blondissent.

Passer en mode manuel, cuisson rapide; mettre le poulet, l'oignon, l'eau le sel et le poivre et faire cuire 20mn.

Poulet à l'oignon 2

Poulet a l'oignon

I ♡ my

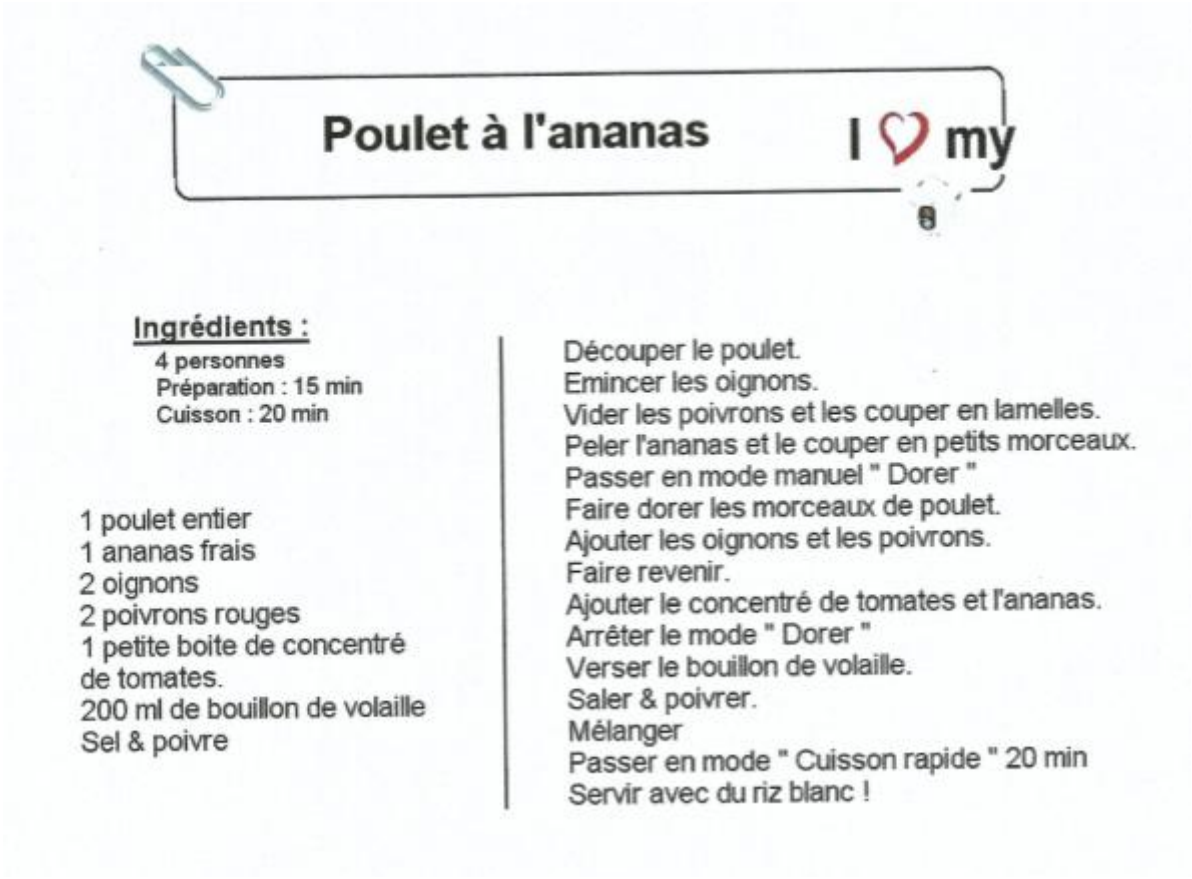
Ingrédients :

4 personnes
Préparation : 10 min
Cuisson : 20 min

1/2 poulet
2 oignons
2 gousses d'ail
2 verres d'eau
Sel & poivre

Découper le poulet.
Emincer les oignons et les gousses d'ail.
Passer en mode manuel " Dorer "
Dorer le poulet sur toutes les faces.
Réserver.
Mettre les oignons et l'ail dans la cuve.
Laisser dorer.
Arrêter le mode " Dorer "
Remettre le poulet dans la cuve avec l'eau.
Saler et poivrer.
Mélanger.
Passer en mode " Cuisson rapide " 20 min

Poulet ananas 2



Poulet à l'ananas I ♡ my

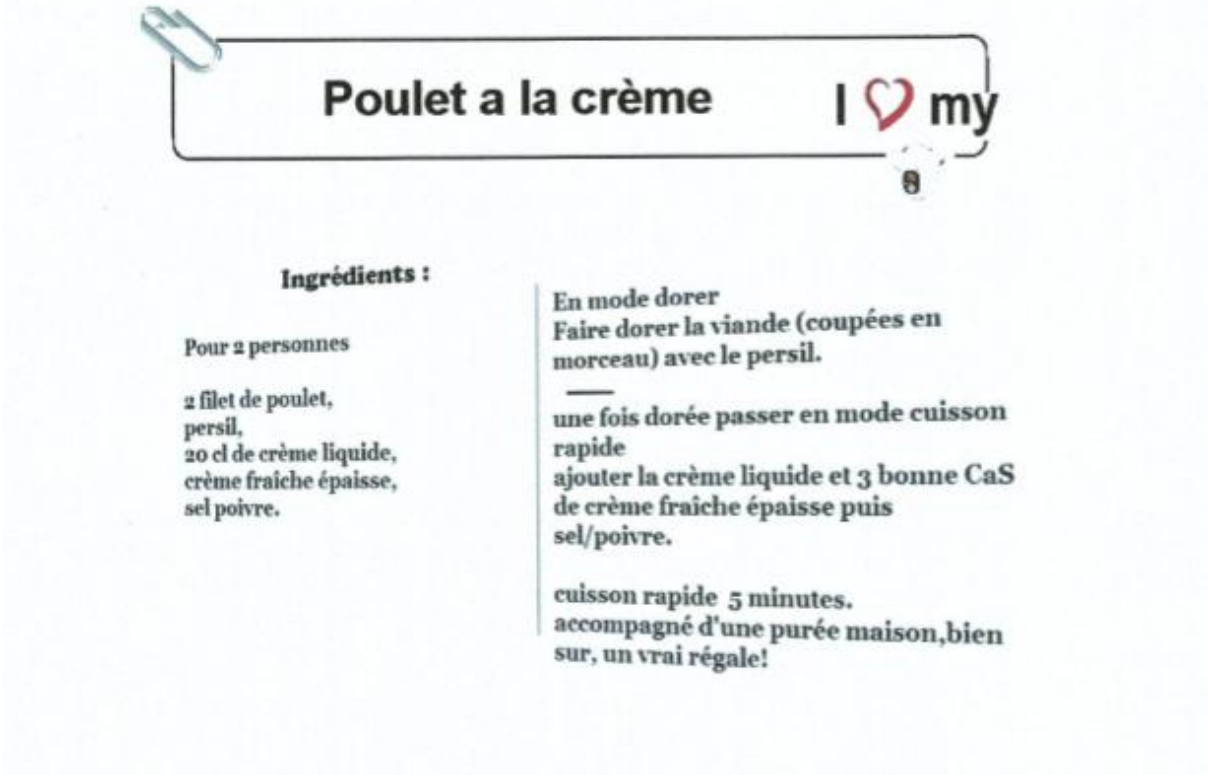
Ingrédients :

4 personnes
Préparation : 15 min
Cuisson : 20 min

1 poulet entier
1 ananas frais
2 oignons
2 poivrons rouges
1 petite boite de concentré de tomates.
200 ml de bouillon de volaille
Sel & poivre

Découper le poulet.
Emincer les oignons.
Vider les poivrons et les couper en lamelles.
Peler l'ananas et le couper en petits morceaux.
Passer en mode manuel " Dorer "
Faire dorer les morceaux de poulet.
Ajouter les oignons et les poivrons.
Faire revenir.
Ajouter le concentré de tomates et l'ananas.
Arrêter le mode " Dorer "
Verser le bouillon de volaille.
Saler & poivrer.
Mélanger
Passer en mode " Cuisson rapide " 20 min
Servir avec du riz blanc !

Poulet à la crème



Poulet a la crème I ♡ my

Ingrédients :

Pour 2 personnes

2 filet de poulet,
persil,
20 cl de crème liquide,
crème fraîche épaisse,
sel poivre.

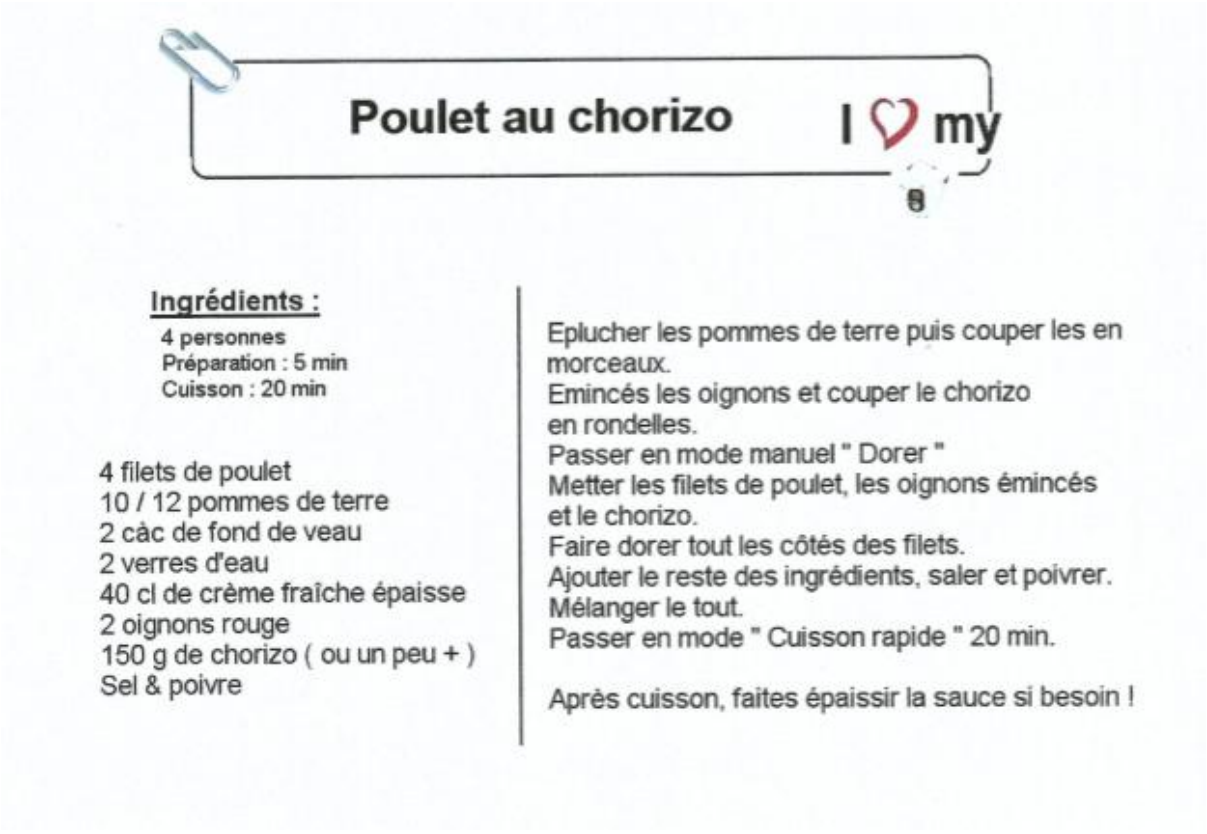
En mode dorer
Faire dorer la viande (coupées en morceau) avec le persil.

—

une fois dorée passer en mode cuisson rapide
ajouter la crème liquide et 3 bonne CaS de crème fraîche épaisse puis sel/poivre.

cuisson rapide 5 minutes.
accompagné d'une purée maison, bien sur, un vrai régale!

Poulet au chorizo



Poulet au chorizo I ♡ my

Ingrédients :

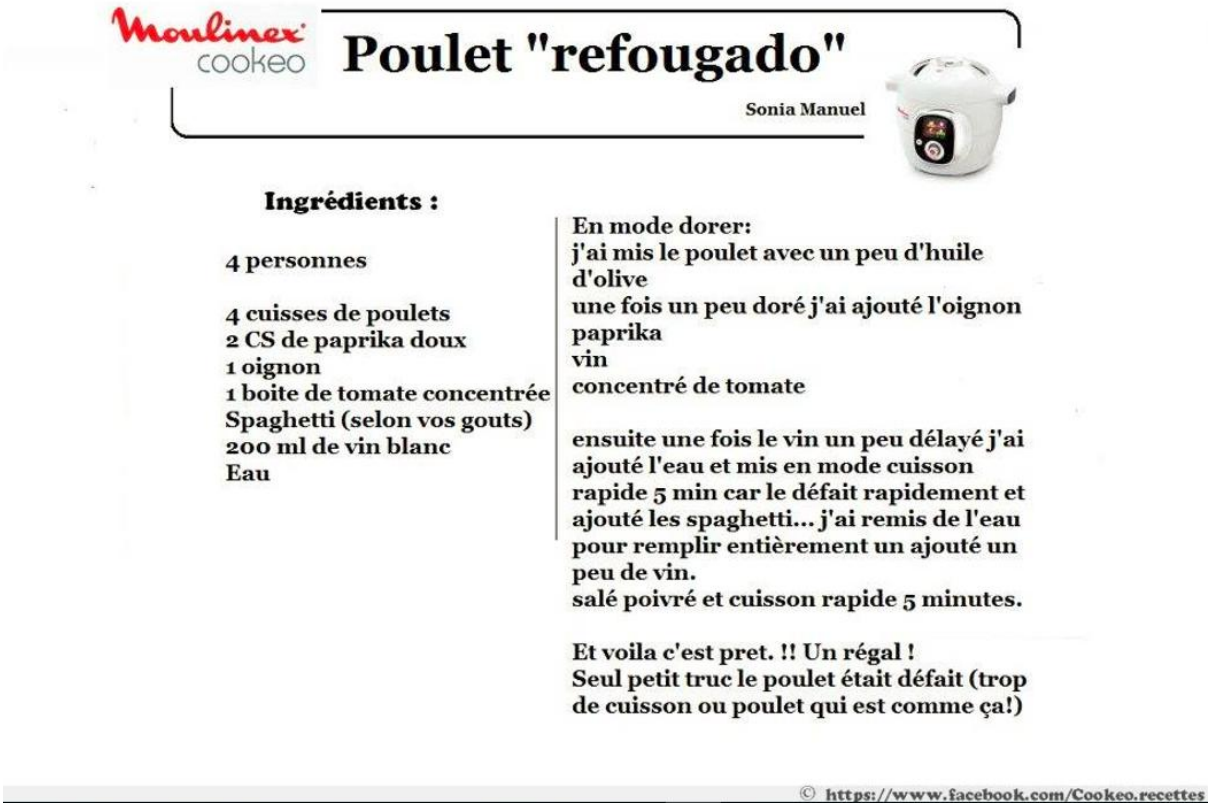
4 personnes
Préparation : 5 min
Cuisson : 20 min

4 filets de poulet
10 / 12 pommes de terre
2 càc de fond de veau
2 verres d'eau
40 cl de crème fraîche épaisse
2 oignons rouge
150 g de chorizo (ou un peu +)
Sel & poivre

Eplucher les pommes de terre puis couper les en morceaux.
Emincés les oignons et couper le chorizo en rondelles.
Passer en mode manuel " Dorer "
Metter les filets de poulet, les oignons émincés et le chorizo.
Faire dorer tout les côtés des filets.
Ajouter le reste des ingrédients, saler et poivrer.
Mélanger le tout.
Passer en mode " Cuisson rapide " 20 min.

Après cuisson, faites épaissir la sauce si besoin !

Poulet refougado



Moulinex cookeo

Poulet "refougado"

Sonia Manuel

Ingrédients :

4 personnes

4 cuisses de poulets
2 CS de paprika doux
1 oignon
1 boite de tomate concentrée
Spaghetti (selon vos gouts)
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!)

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

Poulet poivron pommes de terre

cookeo

Poulet poivrons pommes de terre

Ingrédients :
Pour 2 à 3 personnes

- 2 escalopes de poulet
- 1 poivron rouge
- 3 gousses d'ail
- 6 pommes de terre
- Paprika
- 200ml de fond de veau
- 4 grosses cuillères de crème fraiche épaisse

- En mode doré mettre le poulet le poivron et l'ail pendant quelques minutes
- Ajouter le paprika, les pommes de terre
- Ajouter le fond de veau, la crème, sel et poivre
- Cuisson rapide 20 min

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

cookeo

Poulet aux poivrons

Moulinex 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)

Poulet à la bruxelloise

cookeo

Poulet à la Bruxelloise

Coralie Geoffroy

Ingrédients :

Pour 4 à 6 personnes

- 8 pilons de poulet
- 8 c à s de moutarde forte
- 10 speculos
- 3 oignons
- 1 boite de champignons
- 100 g de lardons
- 400 ml de bière blonde
- 100 ml d'eau
- 1 bouillon cube poulet
- poivre

En position dorer, mettre le poulet.
Le retirer, mettre les oignons à dorer ensuite les lardons.
Remettre le poulet et tout le reste des ingrédients.
Cuisson rapide 20 min

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

cookeo

Poulet à la crème

Moulinex cookeo

Poulet à la crème

Karine Meyer Serin

Ingrédients :

Pour 2 personnes

2 filet de poulet,
persil,
20 cl de crème liquide,
crème fraîche épaisse,
sel poivre.

En mode dorer
Faire dorer la viande (coupées en morceau) avec le persil.

une fois dorée passer en mode cuisson rapide
ajouter la crème liquide et 3 bonne CaS de crème fraîche épaisse puis sel/poivre.

cuisson rapide 5 minutes.
accompagné d'une purée maison,bien sur, un vrai régale!

Poulet à l'indienne

Moulinex cookeo

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!

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

Poulet à l'ananas frais

Moulinex cookeo

Poulet à l'ananas frais

Line Bordas

Ingrédients :

Pour 4 personnes
1 poulet entier découpé
1 ananas frais
2 oignons émincés
2 poivrons rouge émincés
1 petite boîte de concentré de tomates
200 ml de bouillon de volaille
sel, poivre

Faites dorer les morceaux de poulet
ajoutez oignons et poivrons
faites revenir
ajoutez le concentré et l'ananas coupé en petits morceaux puis le bouillon de poule
salez, poivrez, mélangez.
Mettre en cuisson rapide 20 mn!
Bonne dégustation!!! (ou pas)

cookeo

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/

cookeo

Poulet coco

Poulet coco

proposée par Pierre Gueugnot

Ingrédients

Pour 4 personnes
3 à 4 filets de poulet coupés en dés
1 oignon coupé en dés
Une boite 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 !

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

Poulet basquaise

Poulet basquaise

Proposée par Idées Recettes Cookeo

Ingrédients

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

1) Programme manuel > Dorer
Dans votre cuve mettre une cuillère a soupe d'huile et faites revenir les oignons et les lardons et les poivrons (coupés en lamelle) pendant 10mn (vous pouvez commencer a faire cuire pendant le préchauffage pour gagner du temps)
2) réserver le tout dans une assiette et déposer dans votre cuve votre poulet faite le revenir 5mn
3) ajoutez votre assiette , salé poivré ,ajouter votre ail , vos herbes de Provence, le vin blanc , votre cube ou fond de veau , et les tomates et pour finir noyer avec votre eau remuer le tout a la cuillère en bois .
4) Lancer la cuisson rapide 15mn si c'est des cuisses sinon 10mn pour des blancs ou escalope
5) Dring c'est prêt ! servez avec du riz blanc ! bon appétit !

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

Poulet Biryani

Moulinex cookeo

Poulet Biryani (plat indien)

Aurélie Garcia

Ingrédients :

Pour 4 pers

- 400 gr de filet de poulet
- 2 oignons émincés
- 2 yaourts nature
- 2 tomates et 2 cc de concentré
- 150 gr d'épinards frais
- 350 gr de riz basmati
- 2 cc de paprika
- 3 cc coriandre
- 2 cc cumin
- 2 cc de gingembre en poudre
- 2 cc de curcuma
- 50 gr d'amandes entières
- 1l de bouillon de poule
- Sel, poivre

Mettre en position dorage, mettre un peu d'huile d'olive, et faire revenir les oignons et le poulet coupé en dès pendant 5mn.
Rajouter tous les ingrédients sauf les amandes et mettre en cuisson rapide 15 mn.
Quant c'est cuit, ouvrez le cookéo et rajouter les amandes.
Servir sans tarder! Bon apétit !

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

Poulet gourgonzola

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.

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

cookeo

Poulet de Bahia

cookeo

Poulet de Bahia

Zannalee Lhotellier

Ingrédients :

Pour 6 personnes
- 6 morceaux de poulet
- 400 g de tomates fraiches coupees en dés.
- 2 poivrons vert coupés en lamelles
- 1 petite boite de petits pois
- 2 gousses d'ail hachées
- jus de 3 citrons
- 2 feuilles de laurier émiettées
- 2 brin de thym effeuillés
- 1 oignon
- persil, cerfeuil
- 10 cl de vin blanc

Faire mariner le poulet 2h dans le mélange de jus de citron, ail haché, laurier, thym, sel et poivre
Egoutter et faire revenir ensuite le poulet en mode dorer.
Ajouter les dés de tomates, les lamelles de poivrons, l'oignon, le persil et le cerfeuil et 10 cl de vin blanc.
Cuisson rapide 15 min
Ajouter les petits pois et relancer cuisson rapide 5 min

Servir avec du riz

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

cookeo

Poulet et Brocolis

Moulinex cookeo

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

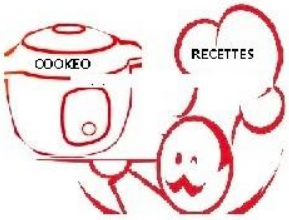
Cuire les brocolis mode ingrédient (brocolis) réservez ,

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 !!!

Poulet entier à la moutarde

Poulet entier moutarde



Ingrédients

1 poulet
300 g de champignons de Paris
100 g d'oignons congelés ou un oignon
2 cuillères à soupe de moutarde
2 cuillères à soupe de crème fraîche
100 ml de vin blanc
200 ml d'eau
1 cube de bouillon de volailles
Huile d'olive
Sel
Poivre

Préparation
Mode dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve et faites revenir les oignons et le poulet sur toutes ses faces .
Ajoutez les champignons
Versez le bouillon composé d'eau , de vin blanc et du cube de bouillon de volailles.
Salez et poivrez selon votre convenance.
Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 15 mn pour 500 g .Pour mon poulet de 1 , 3 kg je vais programmez 37 mn

Poulet entier herbes de Provence

Poulet entier herbes de Provence

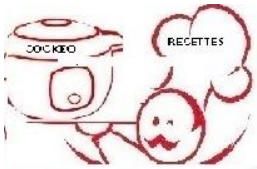
Ingrédients

1 poulet
1 cube de bouillon de bœuf
1 cuillère à soupe de farine
1 sachet de papillotes Herbes de Provence
100 ml de vin blanc
200 ml d'eau
Huile d'olive
Sel
Poivre

Préparation
Mode dorer

Faites revenir le poulet dans la cuve avec de l'huile d'olive (sur toutes ses faces).
Salez poivrez selon votre convenance.
Préparez un bouillon avec 100 ml de vin blanc,200 ml d'eau , 1 cube de bouillon de bœuf émiétté et le contenu du sachet d e paillotes d'herbes de Provence.
Versez ce bouillon dans la cuve
Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 30 mn
Quand la cuisson est terminée repassez en mode dorer ,réservez votre poulet ,ajoutez une cuillère à soupe de farine pour épaissir la sauce .Quand la sauce a épaissi redéposez votre poulet dans la cuve .
Servez chaud

Poulet entier tomates champignons



Poulet entier tomates champignons

Ingrédients pour 4 personnes

1 poulet/1 petite boite de tomates pelées/200 g de champignons de Paris congelés/200 g d'oignons congelés/Thym/Huile d'olive/200 ml d'eau/100 ml de vin blanc/1cube de bouillon de bœuf/Sel/Poivre

Préparation

Mode dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve et faites dorer le poulet et les oignons quand l'huile est chaude.
Ajoutez les champignons au bout de 2 mn.
Ajoutez les tomates pelées.
Salez, poivrez, saupoudrez de thym.
Versez le bouillon composé de 200 ml d'eau ,100 ml de vin blanc, d'un cube de bouillon de bœuf émietté.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 45 mn
Servez chaud .

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

Poulet entier

Moulinex cookeo

Poulet entier

Marie-Ange Rottino

Ingrédients :

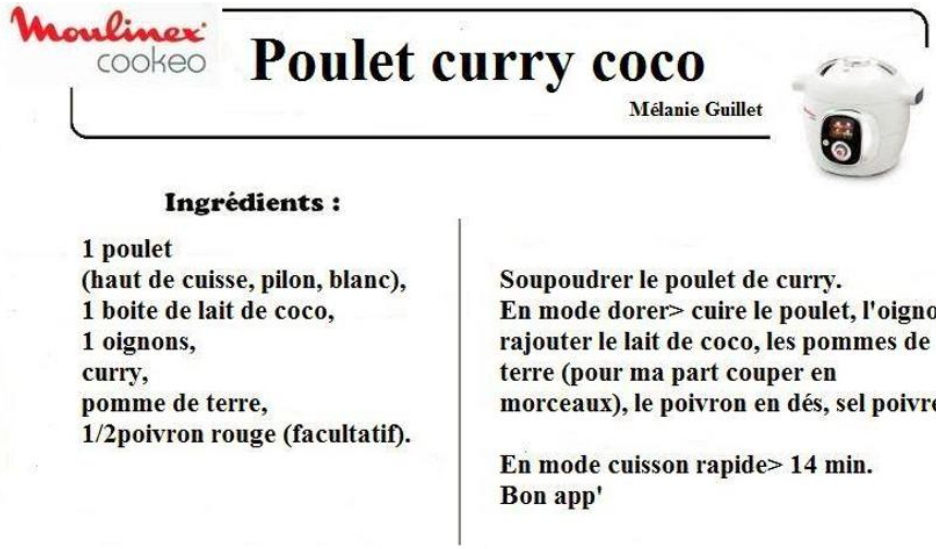
1 poulet
1 oignon
huile d'olive ou beurre
un cube or
sachet papillote de poulet (maggi)
300 cl d'eau
une cuillere a soupe de farine

Mode manuel
Je fais dorer des oignons et le poulet sur toutes ses faces avec de l huile d olive et/ou beurre suivant les goûts

Puis j 'ajoute un cube or dans 300cl eau
Et la moitié d un sachet maggi les papillotes de poulet
Puis je ferme en cuisson rapide pour 15 a 20 minutes suivant la taille du poulet
A la fin je met une cs de farine ds la sauce pour épaissir la sauce

Poulet aux champignons

Poulet curry coco



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

Poulet coco et riz

cookeo

Poulet coco et riz

Manon Guyot

Ingrédients :

Pour 2 personnes :

- 4 petites cuisses de poulet
- 1 oignon
- 300g de riz
- 500 ml de fond de veau
- 3 c à c de coco rapée
- 20 cl de lait de coco

Faire dorer les cuisses de poulet avec les oignons 3 min en remuant, salez. Ajouter le lait de coco, la coco rapée, le riz puis le mélange eau fond de veau.

Cuisson rapide 10 min

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

cookeo

Poulet épinards coco

Moulinex cookeo

Poulet épinards coco

Sandrine St Jean

Ingrédients :

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.

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

Poulet façon créole

Moulinex cookeo

Poulet façon créole

Sandrine St Jean

Ingrédients :

4 à 6 personnes :

1 poulet fumé
1 oignon
Fond de veau délayé dans 200 ml d'eau
2 c à soupe de curry rouge
2 c à café de curcuma
2 c à café de massalé
1 grosse boite de tomates pelées
sel poivre

Découper le poulet en morceaux
Dans un saladier mélanger le poulet avec toutes les épices, le sel et le poivre
Mettre un peu d'huile dans le cookéo et faire revenir le poulet qui a macéré un peu dans les épices
Ajouter l'oignon émincé
Laisser dorer
Ajouter enfin le fond de veau délayé avec l'eau et les tomates pelées.
Bien remuer le tout
Mettre en mode cuisson rapide 5 mn

Bon appétit...

Poulet à ma façon

cookeo

Poulet à ma façon

Caroline Salamone

Ingrédients :

Pour 4-5 personnes

- Morceaux de poulet
- 4 tomates fraiches épluchées
- 1 courgette
- 3 pommes de terre
- sauce soja

En mode dorer, faire revenir le poulet jusqu'à ce qu'il soit croustillant.
Eplucher et couper les légumes, déglacer la viande avant de mettre les légumes avec de la sauce soja, mettre les légumes et faire cuire en mode cuisson rapide pendant 3 min.

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

cookeo

Poulet laotien

cookeo

Poulet Laotien

Gaelle Duforet

Ingrédients :

Pour 4 personnes
- 2 courgettes
- 2 carottes
- 1 poivron
- 4 escalopes de dinde
- 4 c à c d'huile d'olive
- 1 bocal de pousse de soja
- 500 ml d'eau
- 3 c à s de soja
- 3 c à s de sauce nuoc nam

Laver les courgettes, eplucher les carottes.
Rincer et épepiner les poivrons, couper les escalopes en lanières, les courgettes et carottes en batonnets ou cube.
Faire dorer le poulet, verser tous les ingrédients et faire cuire 15 min.

Il est possible d'ajouter des nouilles chinoises en fin de cuisson et remettre 2 min en cuisson rapide.

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

cookeo

Poulet légumes et sauce crémeuse

cookeo

Poulet légumes et sa sauce crémeuse

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- Tomates
- 2 poivrons
- 2 gousses d ail ou 1 demi oignon jaune
- un peu de paprika doux
- 4cuisses de poulet
- Sel
- 25cl de crème
- un peu d eau
- huile d olive.

- Mettre en mode dorer 4min
- Poivrons, poulet, ail, huile
- Ajouter le reste avec un peu d'eau
- Cuire 10 min
- J ai préféré faire cuire le riz a part n en n ayant encore jamais fait
- Cuire avec mon cookéo

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

cookeo

Poulet tandoori

Moulinex cookeo

Poulet tandoori

Melanie Seco

Ingrédients :

2/4personnes
4 blancs de poulet
1brique et demi de crème fraîche semi épaisse
1 citron pressé
1 a 2 cuillère a soupe d épices tandoori (selon si on aime bien épicé ou moins)
1/2 c a café de coriandre (pas obligatoire)
Sel
Poivre

Faire mariner ces blancs de poulet dans la préparation au moins 3h au frais
Mettre dans le cookeo en cuisson rapide 8min

Dégustez

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

Poulet riz cantonais

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

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

Poulet au riz

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.

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

Poulet au riz Tika Massala

cookeo

Poulet au riz Tikka Masala

-1 oignon/1 gousse d'ail
-1 filet d'huile d'olive
-1 poivron
-2ou3 escalopes de poulet émincées
-4cas de pâte de curry
-500ml d'eau
-3 cac de fond de veau
-320 g de riz

Faire rissoler l'ail, l'oignon et le poivron. Réserver.
Mélanger 2cas de pâte de curry avec les escaloppes, faire à peine dorer.
Rajouter le riz et tous les autres ingrédients, cuisson rapide 9 minutes.

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

cookeo

Poulet au vinaigre

Moulinex cookeo

Poulet au vinaigre

Viviane Grey

Ingrédients :

Pour 4 personnes:

4 blancs de poulet

<u>Dans un shaker mélanger:</u>
70 ml de vinaigre de vin,
25 ml de moutarde,
70 ml de concentre de tomate,
70 ml d'eau,
200 ml de crème liquide,
sel et poivre

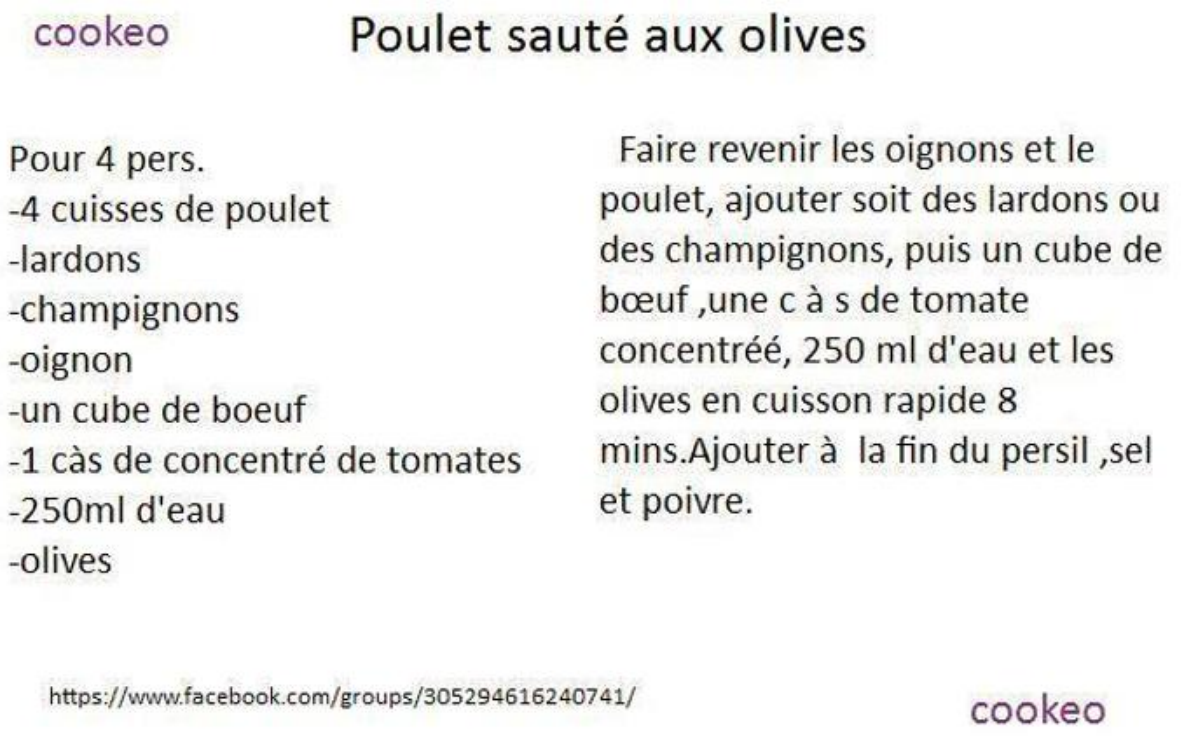
Mettre les blancs de poulet dans le cookeo (on peut les faire dorer un peu) et recouvrir du mélange.

Mettre en cuisson rapide 20 minutes (au lieu de 1h20 au four en recette Tupperware).

Possible mettre un peu de piment d'espelette.
Possible aussi de cuire le riz en même temps et très bon aussi avec des pommes de terre

Poulet façon méridionale

Poulet sauté aux olives



Poulet Massalé

Moulinex cookeo

Poulet massalé

Emilie Quesnel

Ingrédients :

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

Poulet mangue coco

cookeo

poulet/mangue/lait de coco

- 1 poulet entier d'un kilo
- 2 grosses mangues
- 1 bel oignon
- 1 barquette de lardons allumettes
- 1 boîte de lait de coco
- sel, poivre
- 200 ml d'eau

Sélectionner "ingrédient-viande-poulet en morceaux-1000gr".Faire dorer oignons et lardons.Découper le poulet et les mangues en gros cubes.Faire dorer le poulet, saler, poivrer.Puis mettre poulet, oignons et lardons dans le panier,l'eau dans la cuve, cuisson avec le temps indiqué.Une fois cuit, vider le panier dans la cuve, dorer 5 mins.Mettre les mangues, 5mins.Ajouter le lait de coco, et encore 5mins, toujours fonction dorer.

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

cookeo

Poulet sauce aigre douce

Poulet sauce aigre douce

proposée par Mélissa Sclosse

Ingrédients

pour 4 personnes

- 800 g d'escalope de poulet (couper en petit morceaux)

- 2 pots (350 g par pot) de sauce aigre douce marque Auchan recette d'Asie

- 6 tranches d'ananas (couper en petit cubes) ou de l'ananas frais en petit cubes
- Accompagnement : Du riz

Cuisson manuel : mode dorer

1) Cuire seule les morceaux de poulet pendant 10 minutes (la viande ne sera pas totalement cuite mais c'est normal dans l'étape 4 il y aura 5 minutes supplémentaire)
2) mettre la sauce aigre douce (les 2 pots)
3) mettre l'ananas en cubes
4) Remettre en cuisson pendant 5 minutes
5) C'est prêt régalez vous ;-)

La sauce aigre douce n'est pas faite maison car pour infos la préparation d'une sauce aigre douce est très coûteuse (sachant qu'on ne se sert pas tout les jours de ces ingrédients)

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

Poulet Thym tomates

Poulet Thym Tomates

recette de @marie laure

Ingrédients

Pour 4 personnes
4 cuisses de poulet
4 tomates
2 oignons
ail/ thym
vin blanc
concentré de tomate
sel poivre huile olive

Faire dorer 4 cuisses de poulet pendant 10 minutes en mode manuel (j'ai séparer cuisses et hauts de cuisses) avec 1CAS huile d'olive,
ensuite mettre 4 tomates en quartier, 2 oignons en quartier, et de l'ail suivant comme on aime pendant 2 minutes,
ajouter 1 CAC de concentré de tomate, sel, poivre.
Arrêter de dorer, passer en mode cuisson rapide, mouiller avec environ 20 cl de vin blanc et un petit verre d'eau, du thym

-> fermer cuisson rapide 20 minutes

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

Poulet façon marocaine

cookeo

Poulet façon marocaine

Laetitia Cleret

Ingrédients

Pour 6 personnes

- 6 cuisses de poulet
- Oignons
- pommes de terre
- sel, poivre
- épices marocaines
- court bouillon
- 200 ml d'eau

Mode ingrédient volaille (prechauffage dorage)
faire dorer les cuisses de poulet et les oignons
ensuite mettre le panier vapeur au dessus des cuisses de poulet, mettre les pommes de terre coupées dedans.
Le reste des ingrédients.
Cuisson 18 minutes.

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

cookeo

Poulet Yassa

cookeo

Poulet yassa

Sandrine Lopez Adnot

Ingrédients :

Pour 6 personnes
- 1 poulet de 1.5 kg
- 8 à 10 oignons
- le jus de 4 citrons
- 6 c à s d'huile
- 2 c à s de moutarde forte
- 2 cubes de bouillon de volaille
- 1 à 2 piments séchés
- sel, poivre

Préparer la marinade en mélangeant la moutarde, les jus de citrons, l'huile, sel et poivre.
Découper le poulet et le badigeonner avec la marinade.
Laisser reposer 3 h au frigo. Melanger le reste de la marinade avec les oignons émincés en lamelles larges et laisser repose 3H.
En mode dorer, faire revenir le poulet, ajouter les oignons au jus de cuisson et les bouillon cubes. 2 verres d'eau et les piments coupés en 2.
Mélanger et passer en cuisson rapide 20 min.

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

cookeo

Poulet yaourt curry

Moulinex cookeo

Poulet au yaourt et curry

Corinne Croisille

Ingrédients :

Pour 6 personnes :

6 cuisses de poulet
2 gousses d'ail
3 cuillères à café de gingembre
2 citrons verts
3 yaourts nature
3 cuillères à café de curry
½ cuillère à café de curcuma
½ cuillère à café de cumin
450g de riz
1 cuillère à café de coriandre
3 ciboules
sel et poivre

Pelez les gousses d'ail, retirez les germes et hachez-les finement.
Pressez les citrons.

Mettre le cookéo en manuel et dorer.
Mettre de l'huile d'olive et faites dorer le poulet.
Ajoutez le riz.

Une fois que le riz est transparent, ajoutez le yaourt, sel, poivre, l'ail, le gingembre, les épices et le jus de citron.
Mélangez.

Emincez les ciboules et ajoutez-les.
Mettre en cuisson rapide 12 minutes.

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

Poulet vapeur anis

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.

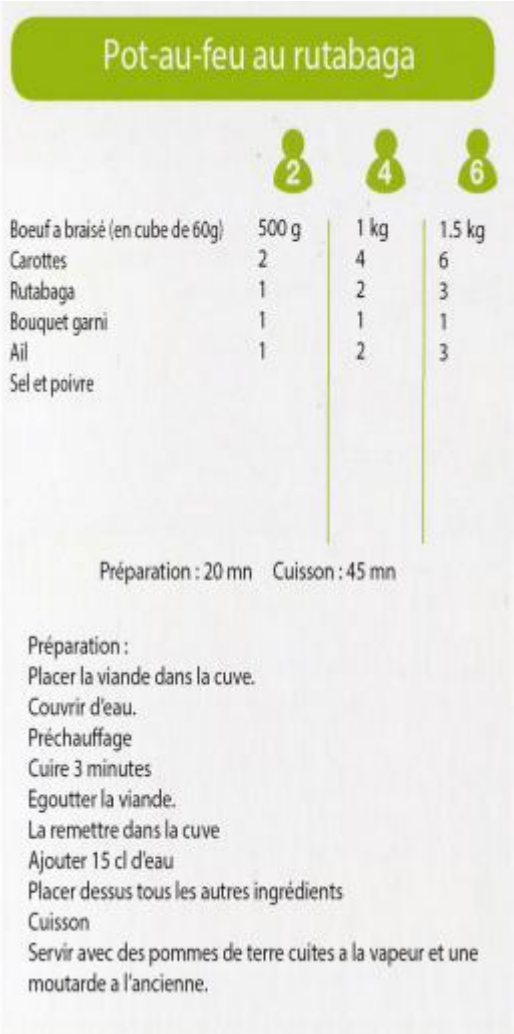
Saupoudrer du reste d'anis, ajouter la crème et les olives hachées.

Faire cuire 10 minutes.

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

POTEE/POT AU FEU

Pot au feu au rutabaga



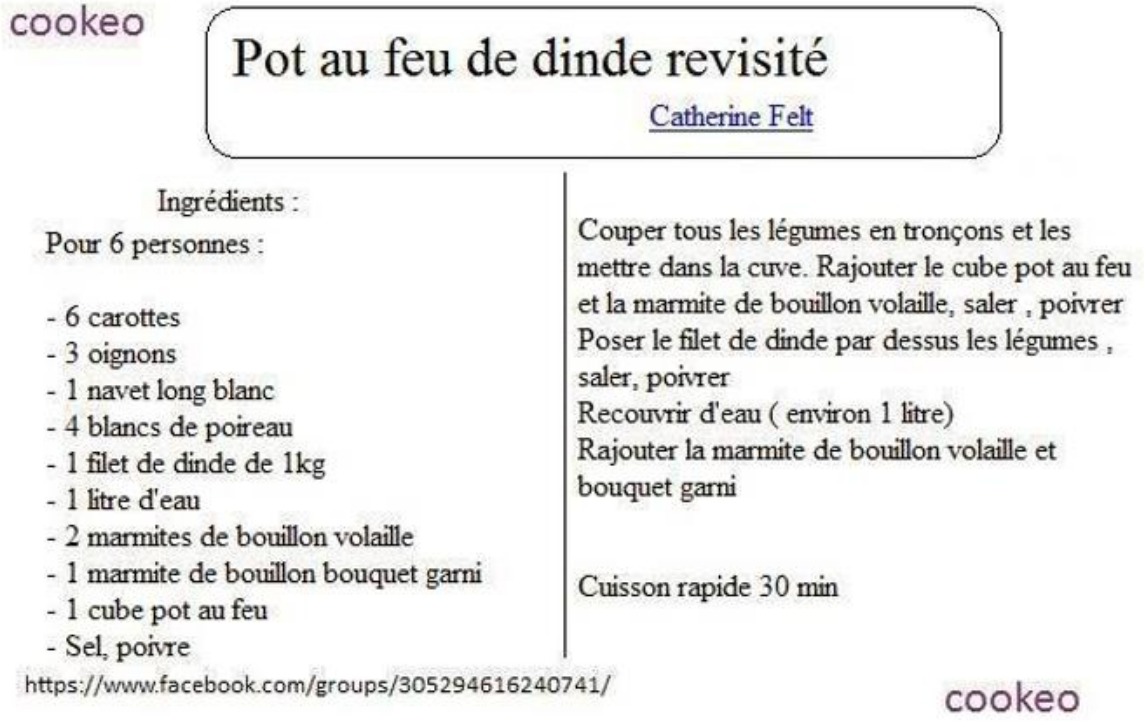
Pot-au-feu au rutabaga

	2	4	6
Boeuf a braisé (en cube de 60g)	500 g	1 kg	1.5 kg
Carottes	2	4	6
Rutabaga	1	2	3
Bouquet garni	1	1	1
Ail	1	2	3
Sel et poivre			

Préparation : 20 mn Cuisson : 45 mn

Préparation :
Placer la viande dans la cuve.
Couvrir d'eau.
Préchauffage
Cuire 3 minutes
Egoutter la viande.
La remettre dans la cuve
Ajouter 15 cl d'eau
Placer dessus tous les autres ingrédients
Cuisson
Servir avec des pommes de terre cuites a la vapeur et une moutarde a l'ancienne.

Pot au feu de dinde



Pot au feu maison

Pot au feu

Moulinex cookeo

Pot au feu

Mimi Cuisine

Ingrédients :

- 300 g de viande de bœuf grasse
- 300 g de viande de bœuf maigre
- 300 g de viande de bœuf gélatineuse
- 1 os à moelle
- 4 poireaux
- 4 carottes
- 1 branche de céleri
- 2 oignons
- 1 gousse d'ail
- 1 bouquet garni (persil, thym, laurier)
- 2 clous de girofle
- gros sel
- poivre noir en grains
- 1 cube bouillon dissous dans 400 ML d'eau

Faire doré la viande et l'oignon couper en cube (saler/poivrer) en mode doré quelques minutes. Pendant ce temps éplucher et couper les legumes. Planter les clous de girofe dans l'oignon (sans le couper).
Mettre tous les ingredients dans la cuve puis 35 minutes en mode cuisson rapide

Attention à ne pas remplir trop la cuve

Potée à la saucisse

cookeo

Potée à la saucisse

Sandrine Lopez Adnot

Ingrédients :

Pour 6-8 personnes :

-1 kg de pommes de terre,
-1 poivron,
- 1 pot sauce tomate salsa,
- quelques olives vertes,
- 4 saucisses de Toulouse,
- sel,
- poivre,
- paprika, 2 oignons,
ail, crème fraiche, 300 ml bouillon cube

En mode dorer, faire revenir oignon et ail. Ajouter les patates coupées en rondelles, puis le poivron et laisser dorer quelques minutes. passer en mode cuisson rapide pour 6 min en ajoutant la sauce tomate, le bouillon cube et les épices. une fois cuit, ouvrir le couvercle et en mode dorer pour 2 min env, ajouter la saucisse coupée en morceaux et la crème fraiche. mélanger et servir

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

cookeo

Potée à l'ancienne

cookeo

Potée à l'ancienne façon cookéo

Marie Francoise Patricia

Ingrédients :

Pour 4 personnes :
- 1 petit chou frisé (mis la moitié)
- 6 pommes de terre
- 4 carottes
- 1 oignon (2 échalotes, plus d'oignon)piqué d'un clou de girofle)
- 1 bon morceau de lard ou échine de porc fumée
- 1 saucisse de morteau
- 1 feuille de laurier
- 40 cl d'eau

Blanchir le chou défait feuille par feuille 2mn . dans le cookéo en mode traditionnel comme un faitout.
En mode dorer, remettre le chou ds la cuve avec l'oignon piqué du clou de girofle, poser les viandes , ajouter 40 cl d'eau,Cuisson rapide 15 mn , ouvrir la cuve et ajouter les carottes coupées en biseaux et les pommes de terre en morceaux selon la grosseur recuire 7 mn

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

cookeo

Potée de chou

Moulinex cookeo

Pôtée de chou

Gambiez Nathalie

Ingrédients :

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

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

Potée lorraine

cookeo

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 celerî les saucisses coupées en troncon , 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

Potée portugaise

Moulinex cookeo

Potée portugaise

Criki Cmoi

Ingrédients :

Pour 4 personnes

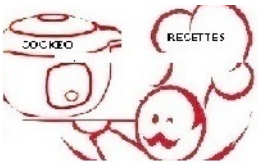
4 saucisses à cuire
1 chou rouge
1 barquette de lardons fumés
1 poignée de raisins secs
1 petite boite de concentré de tomates
2 à 3 carottes en rondelles
un peu de beurre
150 ml de vin de Porto

En mode dorer, faire dorer les saucisses sans les piquer, les retirer et réserver
Couper le chou en lanières en retirant les parties dures du trognon
En mode dorer, mettre le beurre, les carottes et le chou, commencer pendant le préchauffage, remuer pendant 8 minutes
Ajouter les raisins, le concentré de tomates, les lardons et le Porto. Bien mélanger.
Fermer et cuire en cuisson rapide pendant 35 minutes.
Ouvrir, ajouter les saucisses et cuire encore en cuisson rapide pendant 10 minutes.

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

PORC

Purée knackis pommes de terre



Purée knackis pommes de terre

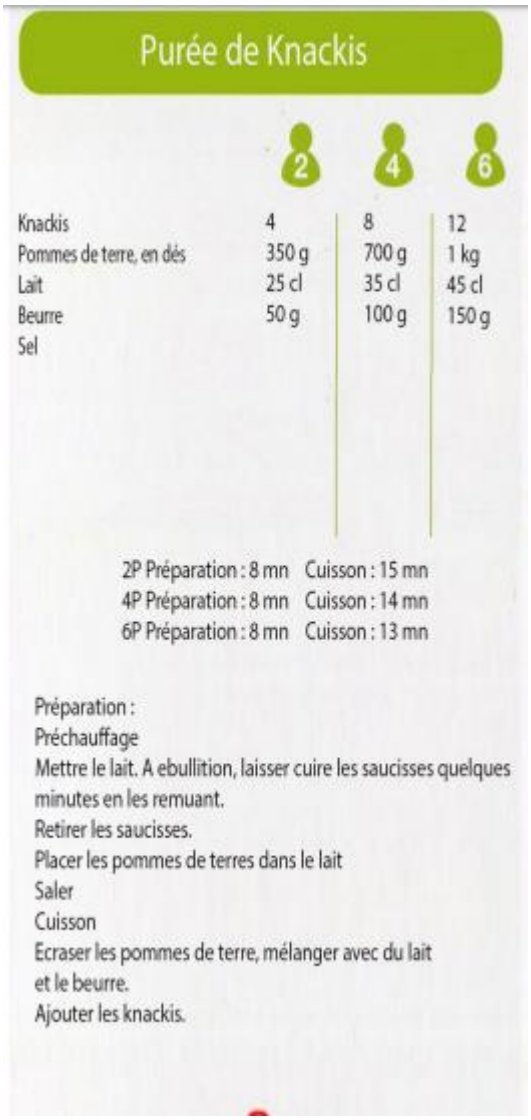
Ingrédients pour 5 personnes
1 Kg de pommes de terre
100 g d 'oignons
7 knackis
100 ml de lait
Huile d'olive
Sel
Poivre

Préparation
Epluchez et coupez les pommes de terre. Lavez les sous l'eau.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression
Plongez les pommes de terre dans la cuve, recouvrez d'eau .Programmez 5 mn
Quand la cuisson est terminée, égouttez les pommes de terre.

Passez en mode dorer et versez de l'huile d'olive dans la cuve.
Faites dorer les morceaux d'oignons puis ajoutez les pommes de terre. Laissez en mode dorer 4 mn puis versez le lait. Mélangez.
Passez les pommes de terre au presse purée.
Salez Poivrez et ajoutez les knackis coupées en morceaux. Laissez encore dorer 2 mn puis servez chaud.

Purée de knackis



Purée de Knackis

	2	4	6
Knackis	4	8	12
Pommes de terre, en dés	350 g	700 g	1 kg
Lait	25 cl	35 cl	45 cl
Beurre	50 g	100 g	150 g
Sel			

2P Préparation : 8 mn Cuisson : 15 mn
4P Préparation : 8 mn Cuisson : 14 mn
6P Préparation : 8 mn Cuisson : 13 mn

Préparation :
Préchauffage
Mettre le lait. A ebullition, laisser cuire les saucisses quelques minutes en les remuant.
Retirer les saucisses.
Placer les pommes de terres dans le lait
Saler
Cuisson
Ecraser les pommes de terre, mélanger avec du lait et le beurre.
Ajouter les knackis.

Palette à la diable

cookeo

Palette a la diable

Sophie Bernhardt

Ingrédients :

- 1 palette
- 1 biere

Mettre dans la cuve la palette + 1 biere
Cuisson rapide 35min

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

cookeo

Porc à l'aigre doux ww

Cookeo Moulinex

Porc à l'aigre doux weight watchers

Ingrédients pour 4 personnes

400 g de filet mignon découpé en languettes

3 poivrons (rouge, jaune, vert) coupés en lamelles

3 gousses d'ail hachées et dégermées

3 oignons blancs émincés

1 tomate coupée en dés

20 cl de bouillon de volaille

2 cuillères à soupe d'édulcorant de cuisson

2 cuillères à café de vinaigre de xérès

2 cuillères à soupe de sauce soja

1 cuillère à soupe de gingembre râpé

1 cuillère à soupe de fécule

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

2 cuillères à café d'huile d'arachide

Coriandre ciselée

Sel et poivre
Rouler les languettes de viande dans la fécule

Mode « Dorer » Verser l'huile dans la cuve, y faire dorer les languettes de viande, saler, poivrer et réserver

Faire dorer les oignons, les poivrons, la tomate quelques minutes et ajouter l'ail

Verser dans la cuve les 20 cl de bouillon de volaille, l'édulcorant, le vinaigre, la sauce soja et le gingembre, bien mélanger le tout

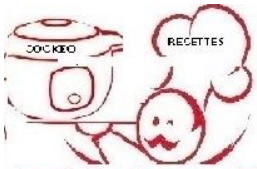
Arrêter le mode « Dorer » Ajouter les languettes de viande

Mode « Cuisson rapide » ou « Cuisson sous pression » Démarrer la cuisson - 6 minutes -

A moment de servir, saupoudrer de coriandre ciselée

https://www.facebook.com/cookeorecettes

Poivrons merguez



Poivrons farcis merguez

Ingrédients pour 4 personnes

4 merguez/4 poivrons/2 tomates/50 g de gruyère râpé/Sel/Poivre/1 cube de bouillon de bœuf/Cumin/1 demi cuillère à soupe d'ail déshydraté/2 petits oignons/1 cube de bouillon de bœuf/200 ml d'eau/

Préparation

Découpez la ou les tomates en morceaux ainsi que l'oignon ou les oignons
Découpez les merguez en rondelles.
Déposez les tomates et les morceaux d'oignons et les rondelles de merguez dans un saladier et ajoutez le gruyère râpé . Salez et poivrez. Saupoudrez de cumin. Mélangez l'ensemble .
Lavez et découpez un chapeau sur chaque poivron . Enlevez les pépins .
Garnissez les poivrons de l'ensemble de la préparation. Refermez avec les chapeaux .
Versez un bouillon composé de 200 ml d'eau et d'un cube de bouillon de bœuf.
Déposez les poivrons farcis dans la cuve

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 12 mn
Servez chaud avec du riz ou des pâtes

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

http://recettescookeo.net

Porc aux crevettes

Cookeo Moulinex

Porc aux crevettes

Ingrédients pour 4 personnes.

120 g de crevettes hachées
200 g d'escalopes de porc
1 cuillère à café de gingembre
40 g champignons de Paris congelés
40 g d'oignons émincés
1 cuillère à café de fécule de pommes de terre
1/2 cuillère à café de sucre
Sel

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

Préparation

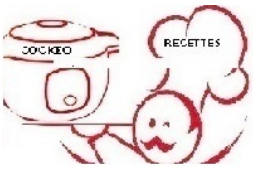
Décortiquez les crevettes .Emincez les champignons et ajoutez les aux crevettes pour les hacher. Réservez les crevettes et les champignons hachés dans un saladier .
Coupez les escalopes de porc en morceaux puis hachez les .Ajoutez le porc hachés dans le saladier puis ajoutez le gingembre,la fécule de mais,le sucre. Salez et poivrez . Mélangez l'ensemble puis formez des boulettes.
Placez les boulettes dans le panier vapeur .
Versez 200 ml d'eau dans la cuve puis ajoutez le panier vapeur .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn
Servez chaud

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

Poireaux pommes de terre chorizo



Poireaux pommes de terre chorizo

Ingrédients pour 4 personnes

400 g de pommes de terre
400 g de poireaux
80 g de chorizo
1 oignon

Préparation

Lavez vos poireaux et coupez-les en morceaux ou en rondelles.
Epluchez mes pommes de terre ,
Lavez les et coupez les en morceaux.
Coupez l'oignon en morceaux
Versez 200 ml d'eau dans la cuve et déposez le panier vapeur avec les poireaux et les pommes de terre.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 7 mn
Quand la cuisson est terminée videz la cuve de son eau et passez en mode dorer .
Quand le préchauffage est terminé déposez les morceaux d'oignons et les rondelles de chorizo dans la cuve.
Ajoutez les poireaux et les pommes de terre égouttées. Faites les revenir avec l'oignon et le chorizo.
Servez Chaud

Porc curry ➽➽➽

Cookeo

Porc curry

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

4 escalopes de porc
6 cuillères à soupe de crème fraîche
2 Cuillères à café de curry
1 cuillère à café de curcuma
100 g d'oignons congelés
Huile d'olive
Sel
Poivre
200 ml d'eau

Préparation

Faites chauffez de l'huile d'olive dans la cuve pour faire dorer les oignons et revenir la viande.

Versez 200 ml d'eau .Poivrez .

Ajoutez une cuillère à café de curcuma et 2 de curry. Ajoutez une pincée de gros sel.

« Mode cuisson rapide ou cuisson sous pression » Programmez 10 mn de cuisson et fermez le couvercle.

Ouvrez le cookeo quand la cuisson est terminée pour incorporer les cuillères à soupe de crème fraiche.

Porc aux aubergines

Porc Bringelle (Aubergine)

proposée par Julie-Ulrich Poinin

Ingrédients

pour 4pers. :
4 tranches de côtes échines
2 oignons
3 gousses d'ails
un petit morceau de gimgembre
1 tomate
1 branche de thym
2 pincées de safran (curcuma)
2 à 3 aubergines
sel, poivre
250ml d'eau.

Faire revenir la viande couper en lamelle assez épaisse puis assaisonner de sel et de poivre;
Ajouter les oignons coupés en fine lamelle,
lorsque la viande et les oignons sont dorés, ajouter l'ails et le gimgembre préalablement mixer ensemble.
Ajouter la tomate couper en lamelle, le curcuma et la branche de thym.
Faire revenir les ingrédients.
Ajouter les aubergines coupées en tranche.
Mélanger, puis ajouter l'eau et le sel selon votre goût.
Arreter le mode dorer, aller dans le mode manuel, sélectionnez le mode cuisson rapide pendant 20min.
c'est prés!! accompagner de riz.

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

Porc Bringelle

Porc Bringelle (Aubergine)

proposée par Julie-Ulrich Poinin

Ingrédients

pour 4pers. :

4 tranches de côtes échines

2 oignons

3 gousses d'ails

un petit morceau de gimgembre

1 tomate

1 branche de thym

2 pincées de safran (curcuma)

2 à 3 aubergines

sel, poivre

250ml d'eau.

Faire revenir la viande couper en lamelle assez épaisse puis assaisonner de sel et de poivre;

Ajouter les oignons coupés en fine lamelle,

lorsque la viande et les oignons sont dorés, ajouter l'ails et le gimgembre préalablement mixer ensemble.

Ajouter la tomate couper en lamelle, le curcuma et la branche de thym.

Faire revenir les ingrédients.

Ajouter les aubergines coupées en tranche.

Mélanger, puis ajouter l'eau et le sel selon votre goût.

Arreter le mode dorer, aller dans le mode manuel, sélectionnez le mode cuisson rapide pendant 20min.

c'est prés!! accompagner de riz.

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

Panais carottes et chorizo

cookeo

Panais Carottes au Chorizo

Céline Guillemot

Ingrédients

Pour 4 personnes :

- 6 carotes
- 4 panais
- 1/2 chorizo
- 100g d'allumettes de lardons fumes
- 1 cube de bouillon de volaille
- 2 c à s de boursin cuisine échalotes ciboulette
- cumin, paprika
- 200ml d'eau

Éplucher les carottes et les panais, les couper en petit dés.
Couper le chorizo en petits dés également.
Tout mettre dans la cuve, mélanger.
Cuisson rapide 10 min

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

cookeo

Patates à la riojana

.Patates à la riojana

proposée par Laura Lolotte

Ingrédients

pour deux personnes :

4 pommes de terres (environ 350g)

1 oignon

Du chorizo (quantité selon appréciation moi j'ai mis 1/4 du chorizo)

1 pot de tomates en coulis (200g)

300ml d'eau

J'ai testé la recette de famille (espagnole) :

Couper les oignons en petits morceaux ainsi que le chorizo

Peler et couper les patates en morceaux

Mode manuel :

Faire revenir l'oignon et le chorizo (2-3minutes)

Mode cuisson

Rajouter tout le reste des ingrédients

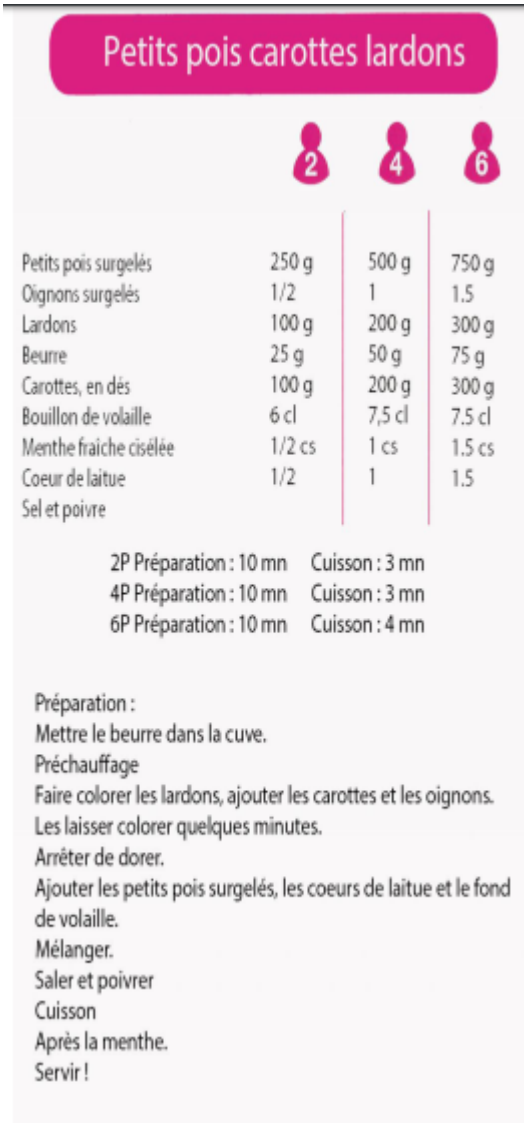
Cuisson rapide durant 10 minutes !!!!!

À table !!!!!!

Je me suis vraiment régalé c'était presque aussi bon que chez Mamie !

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

Petits pois carottes lardons



Petits pois carottes lardons

	2	4	6
Petits pois surgelés	250 g	500 g	750 g
Oignons surgelés	1/2	1	1.5
Lardons	100 g	200 g	300 g
Beurre	25 g	50 g	75 g
Carottes, en dés	100 g	200 g	300 g
Bouillon de volaille	6 cl	7,5 cl	7.5 cl
Menthe fraîche ciselée	1/2 cs	1 cs	1.5 cs
Coeur de laitue	1/2	1	1.5
Sel et poivre			

2P Préparation : 10 mn Cuisson : 3 mn
4P Préparation : 10 mn Cuisson : 3 mn
6P Préparation : 10 mn Cuisson : 4 mn

Préparation :
Mettre le beurre dans la cuve.
Préchauffage
Faire colorer les lardons, ajouter les carottes et les oignons.
Les laisser colorer quelques minutes.
Arrêter de dorer.
Ajouter les petits pois surgelés, les coeurs de laitue et le fond de volaille.
Mélanger.
Saler et poivrer
Cuisson
Après la menthe.
Servir !

Petit salé aux lentilles

Petit salé aux lentilles

	2	4	6
Lentilles vertes du Puy	120 g	280 g	400 g
Palette demi sel en cubes	300 g	600 g	900 g
Oignons émincés	1/2	1	1.5
Carottes, en cube	100 g	200 g	300 g
Eau	25 cl	45 cl	60 cl
Feuille de laurier	1	2	3
Poivre			
Thym	1 pinc.	2 pinc.	3 pinc.

Préparation : 12 mn Cuisson : 20 mn

Préparation :
Mettre dans la cuve les lentilles, les oignons, les carottes, le laurier, Le thym et les cubes de viande.
Poivrer
Ajouter de l'eau

Petit salé aux lentilles

Petit salé aux lentilles

proposée par Sophie Chausson Pocztareck

Ingrédients

pour 4 :

75 gr de lentilles/personne
palette 1/2 sel de 800 gr (on peut en mettre 2 dans le cokkeo)
2 grosses carottes bouquet garni poivre ,
1 oignon piqué de 3 clous de girofle,

Bien rincer la viande sous l'eau froide puis mettre tous les ingrediens dans le cookeo.
Pas de sel la viande l'est déjà .
Mettre de l'eau pour recouvrir le tout.
En mode ingredient >viande >porc
Mettre sur chauffage porc en os choisir le poids de votre viande perso j'ai mis 5 mn de plus (2 morceaux environ 35 mn) Bon appétit

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

Petit salé aux lentilles

Moulinex cookeo

Petit salé aux lentilles

Fanny Cuvilliez

Ingrédients :

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!

Pieds de porc

cookeo

Pieds de porc

Priscilia Caffiaux

Ingrédients

- 2 pieds de cochon cru
- 2 tablette de bouillon au légumes -
- 300ml d'eau

Cuisson rapide entre 35 et 45 minutes (en fonction de la grosseur des pieds) puis 10 minutes au four en mode grille (si vous voulez la peau croustillante)

Pieds et paquets marseillais

cookeo

Pieds et paquets marseillais

Nathalie Cauchi

Pour 6 personnes
18 paquets + 6 pieds d'agneau
1 sachet de lardons
2 oignons entiers dont 1 piqué de clou de girofle
3 carottes
Ail
1 branche de thym
2 feuilles de laurier
2 piments oiseau
Sel, poivre
1 litre de vin blanc
1 boite de tomates pelées
2 verres de cognac
1 bande d'épluchure d'orange non traitée

Faire blanchir les paquets puis les égoutter.
En mode dorer faire revenir les paquets avec l'ail, les lardons et le thym.
Ajouter ensuite tous les ingrédients dans le cookéo.
Passer en mode cuisson rapide pendant 1 heure.

Servir avec des pommes de terres cuites à l'eau.
Bon appétit.

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

cookeo

Pintade entière champignons

Pintade entière champignons

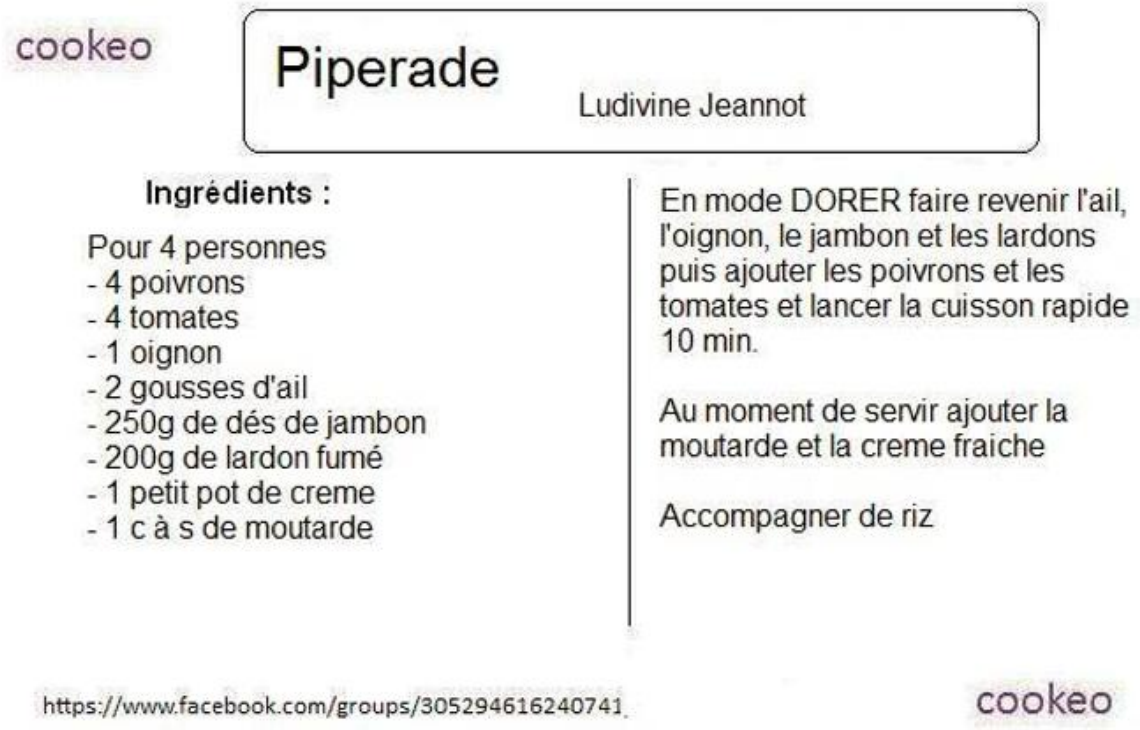
Ingrédients
1 pintade 1,2kg
200 g d'oignons
200 ml de vin blanc
800 ml d'eau
1 grosse boite de champignons de Paris
Curry
Sel
Poivre
1 cube de bouillon de volaille
Huile d'olive

Préparation
Fonction ingrédients puis viandes puis volailles faites OK
Indiquez le poids de votre pintade
Démarrez la recette en versant de l'huile d'olive dans la cuve .
Faites revenir la pintade sur toutes ses faces puis ajoutez les oignons .
Ajoutez ensuite les champignons de Paris .
Salez et poivrez ,saupoudrez de curry .
Arrêtez la fonction dorer
Versez le bouillon composé de 200 ml de vin blanc , de 800 ml d'eau et d'un cube de volaille émietté.
Programmez 28 mn de cuisson faites ok puis fermez le couvercle du cookeo
Sortez la pintade du cookeo pour la découper en morceaux .

Cookeo Moulinex

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

Piperade



POISSONS

Maquereaux moutarde vin blanc

Moulinex cookeo

Maquereaux

Criki Cmoi

à la moutarde et au vin blanc

Ingrédients :

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

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

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

Ajouter le blé et les poissons.

Cuisson rapide 4 minutes

Marmite moules riz

cookeo

Marmite Moules/riz

Stephanie Choquart Fernandez

Ingrédients :

Pour 4 personnes

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

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

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

cookeo

Marmite de la mer

Moulinex cookeo

Isabelle le Levier

Marmite de la mer

Ingrédients :

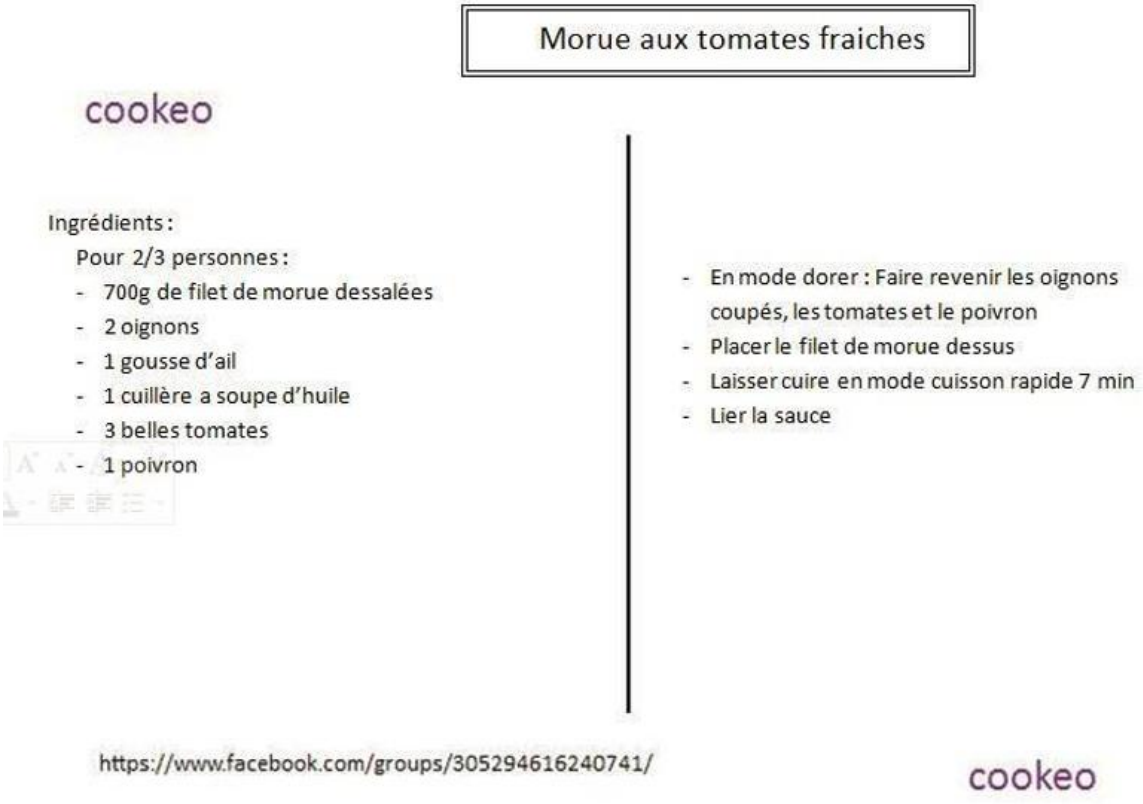
4 personnes :
- **240g de riz (+ ou -)**
- **500g de fruits de mer surgelés**
- **40cl de coulis de tomate**
- **huile d'olive**
- **30cl d'eau**
- **2 oignons**
- **2 échalottes**
- **1 gousse d'ail**
- **sel, poivre**
- **cumin**
- **piment de cayenne**
- **persil**

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

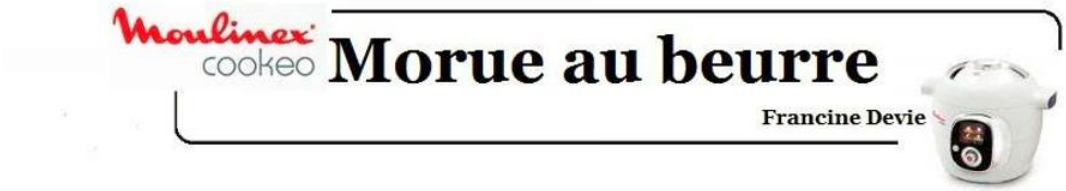
Bien mélanger et cuire en mode cuisson rapide 8mn !!!

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

Morue tomates fraîches



Morue au beurre



Ingrédients :

Pour 2/3 personnes

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

6 pommes de terre ,

3 gousses d'ail 1 oignon ,

1 pincée de piment espelette ,persil

80gr de beurre

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

Moules au poireaux➳➳➳

Cookeo

Moules au poireaux

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 3 personnes

300 g de moules décortiquées congelées
3 blancs de poireaux
1 verre de vin blanc
Jus de citron
Sel
Poivre
Curry
4 cuillères à café de crème fraiche
Huile d'olive
1 gros oignon

Lavez et découpez vos blancs de poireaux. Faites décongeler les moules décortiquées.
Coupez l'oignon en morceaux.
Allumez votre cookeo .Versez de l'huile d'olive dans la cuve du cookeo ;
Versez les oignons, faites les dorer puis ajoutez les poireaux. Puis ajoutez les moules, le verre de vin blanc.
Salez et poivrez selon votre convenance puis saupoudrez de curry.
Versez du jus de citron sur l'ensemble des ingrédients.
Versez 200 ml d'eau dans la cuve.
Ajoutez 2 cuillères à soupe de crème fraîche. Mélangez.
Quittez la fonction dorer puis passez en cuisson rapide avec 10 mn de cuisson.
Rectifiez si nécessaire l'assaisonnement et ajoutez 2 cuillères à soupe de crème fraîche.

Moules au safran

Moules safran

Ingrédients pour 4 personnes

1 litre de moules
2 gousses d'ail
2 échalotes
200 g de crème fraîche
Thym déshydraté
Persil congelé ciselé
100 ml de vin blanc
100 ml d'eau
1 demi dose de safran ou 3 filaments de safran
Huile d'olive

Préparation

Coupez l'ail en gros morceaux.
Coupez les échalotes en morceaux .
Mode dorer
Versez de l'huile d'olive dans la cuve et faites revenir les morceaux d'ail et d'échalote.
Versez le vin blanc et l'eau dans la cuve .
Salez, poivrez, saupoudrez de thym. Ajoutez le persil.
Ajoutez les moules dans la cuve.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn
Quand la cuisson est terminée réservez les moules en conservant le jus de cuisson (égouttoir plus saladier par exemple)
Reversez le jus dans la cuve puis ajoutez la crème et le safran .Mélangez.
Redéposez les moules dans la cuve,mélangez et et servez chaud

Moules marinières Moulinex

MOULES MARINIERES APPLI MON COOKEO

Ingrédients pour 4 personne(s) :

1.2 kg de moules fraîches
150 g d'oignons surgelés émincés
20 cl de vin blanc
3 càs de persil haché
Sel et poivre

Résumé :

Préparer les ingrédients.
Hâcher le persil.
Mettre tous les ingrédients dans la cuve.
Cuisson sous pression : 3 min
Servir !

Moules marinères

Moules marinières➳➳➳

Cookeo

Moules marinières

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

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

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

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

Servez chaud avec des légumes de votre choix .

Moules à la tomate

Cookeo

Moules à la tomate

Jean-Philippe Rousseau

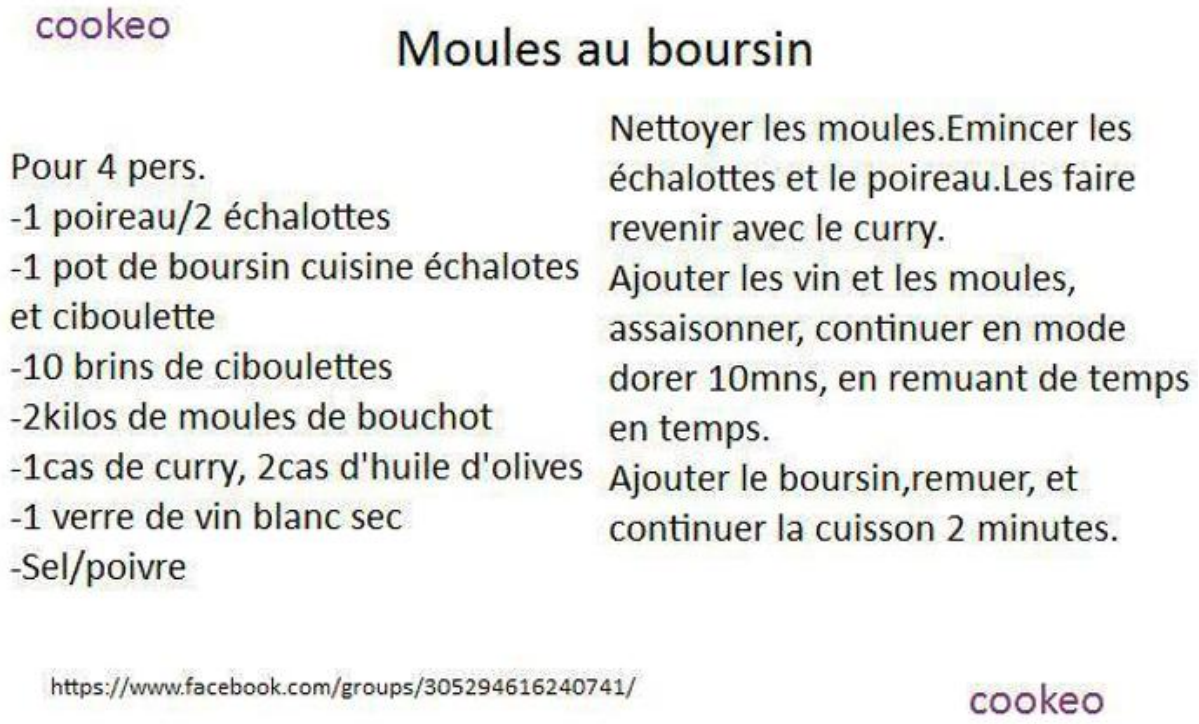
Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

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

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

Moules au Boursin



Moules au roquefort

Moules au chorizo

Moulinex cookeo

Moules au chorizo

Nenena la Chieuze

Ingrédients :

Pour 4 personnes

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

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

Moules à la crème et au curry

Moulinex cookeo

Moules à la crème et au curry

Corinne Croisille

Ingrédients :

Pour 2 personnes :

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

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

Noix de Saint Jacques et riz

Noix de st Jacques / riz

proposée par Marine Tachet

Ingrédients

Pour 2 pers

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

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

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

Paella au poulet et fruits de mer

Moulinex cookeo

Paella au poulet & fruits de mer

Isabelle Arnaud Pailhès

Ingrédients :

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

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

Fermer le okéo et en mode cuisson rapide 10 minutes

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

Pad Thai poulet crevettes

cookeo

PAD THAÏ poulet /crevette / tofu

Georgette Marchais

Ingrédients :

Pour 4 personnes:

- 400 g viande ou tofu ou poisson
- 1 botte coriandre fraîche
- 3 oignons grelots
-1oignon
- 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

cookeo

Parmentier de poisson

Moulinex 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 fraiche 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 fraiche -

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

Pâtes aux boulettes de saumon

Moulinex cookeo

Pâtes aux boulettes de saumon et aux brocolis

Cookenote Coko

Ingrédients :
4 personnes

- 250 gr de haché de saumon
- 250 gr de pâtes à cuisson rapide

- 2 oignons
- 1 échalote
- 1 tête de brocolis
- 1cas crème légère
- sel, poivre et muscade
- 1 c.à café de fines herbes
- 10 gr de chapelure
- 1 c.à soupe d'huile d'olive

- Mélanger le haché de saumon avec les mini dés d'échalote, du sel, du poivre, la chapelure et les fines herbes hachées.
- Faire 25 petites boulettes.
- Les mettre avec 1 c.à soupe d'huile d'olive dans la cuve cookeo
- Les rôtir 5 minutes en mode doré
- Ajouter les dés d'oignons.
- Bien saler, poivrer et muscader.
- Cuire 5 minutes en position doré
- Ajouter 250 gr de pâtes et la tête de brocolis coupée en petits bouquets.
- Verser 300ml d'eau.
- Mélanger.
- Fermer le couvercle.
- cuisson rapide 10 mn.

A la fin de cuisson ajouter la crème

Alors la c'est une tuerie!!!!!donnez moi des nouvelles

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

Pavé de colin et macédoine

cookeo

Pavé de colin et sa macédoine de légumes

Pour 4 pers.
4 pavés de colin
1 oignon
200g de macédoine de légumes
1 carotte
1/2 courgette
100g de riz
1 verre d'eau, sel et poivre

En mode dorer,mettre un peu les colins sur toutes les faces avec une goutte d'huile d'olive, puis faire revenir l'oignon.
Ajouter le riz, les légumes, le sel, le poivre, 1 verre d' eau et lancer cuisson rapide 8 mins.

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

cookeo

Pâtes au saumon

Pâtes au saumon

proposée par cuisinesab

Ingrédients

pour 4 personnes :

450g de pâtes (mini tortelinni)
200g de saumon fumé
150 ml de crème fraîche
250 ml d'eau
1 cuillère à soupe de parmesan
sel et poivre
1 cuillère à soupe de persil haché
1 /2 cuillère à soupe de citronnelle

Faire cuire sous la recette tortelinni au jambon
mettre tous dans le cookéo sauf le saumon fumé
bien mélanger
(2 minutes de cuisson)

à la fin de la cuisson, ajouter le saumon coupé en morceaux

résultat : tous simplement délicieux on peut remplacer le saumon par du jambon je l'ai fait et c'est très bon

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

Pavés de saumon au curry et épinards

Moulinex cookeo

Pavés de saumon au curry épinard

Céline Lucas Ménard

Ingrédients :

- 4 pavés de saumon surgelés
- 400gr d'épinard en branche surgelés,
- 1 verre de crème fraîche liquide,
- 1 verre d'eau,
- 1 c à soupe de curry rase,
- sel et poivre

Mettre les épinards, la crème, l'eau et le curry dans le cookeo,

Poser les pavés de saumon dessus et assaisonner à votre goût.

Mettre en fonction cuisson rapide 12 minutes.

Bon appetit

Pavés de saumon à l'oseille

Moulinex cookeo

Pavés de saumon à l'oseille

Céline Lucas Ménard

Ingrédients :

- 4 pavés de saumon,
- 450gr d'oseille surgelée
- 200gr de sauce beurre blanc surgelé,
- 1 verre d'eau,
- sel et poivre.

Mettre l'oseille, l'eau et la sauce dans le cookeo.

Poser les pavés de saumon sur l'oseille et assaisonner.

Mettre en fonction cuisson rapide 12mn.

Pour ceux qui le souhaite on peut ajouter des pommes de terre coupées en cube avec l'oseille.

Bon appetit !

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

Pâtes au saumon

Moulinex cookeo

Pates au saumon

Sonia Manuel

Ingrédients :

Pour 3-4 personnes

3 paves de saumons
Pates fraiches (le paquet)
sauce hollandaise en brique
sel/ poivre/ citron

cuire en mode poisson dans le panier les saumon j'ai mis 3 min pour mes 3 pavés avec un peu de citron dessus
j'ai cuit a part pendant ce temps mes pates fraiches.
ensuite j'ai vidé la cuve et mis le poisson dans la cuve + un peu d'eau + la briquette de sauce hollandaise, et les pates et j'ai mis en mode rechauffé. bon appetit !

Pavé de saumon au miel

Moulinex cookeo

Pavé de saumon au miel

Gwen Cuvillier

Ingrédients :

Pour 2 personnes

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

Dans la cuve mettre le vin blanc, la crème fraiche, 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.

Pavé de saumon et fondue de poireaux

Moulinex cookeo

Pavés de saumon et sa fondue de poireaux

Isabelle Arnaud Pailhès

Ingrédients :

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

Poêlee nouilles chinoises

cookeo

Poelée nouilles chinoises et crevettes au curry

- 300g nouilles chinoises aux oeufs
- 400g de crevettes surgelées
- 500ml de lait de coco
- 3 carottes coupées en batonnets
- 1 poivron en lamelles
-pois surgelés / 1 cas de pâte curry
-1/2 oignon émincé, 2 gousses d'ail
1 boite de champignons noirs dessechés/ épices aux choix

Tout mettre dans la cuve, cuisson rapide 5 mins.

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

cookeo

Poêlée poireaux et crevettes

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 !

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

Poêlée poireaux et surimi

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!!!

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

Poêlée de brocolis et Saint Jacques

Poêlée de brocolis et st jacques

Elise Bigouden

Ingrédients :

250 gr de champignons emincés,
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 delicieux !

Poisson blanc aux légumes

Poisson blanc & ses petits légumes

proposée par Emilie Riviere

Ingrédients

Pour 4 personnes

2 poireaux

3 carottes

Dos de cabillaud ou filet

3 cuilleres a café de fumé de poisson

1/2 verre de vin blanc

Fonction dorer du cookeo

J ai fait revenir 2 poireaux et 3 carottes coupés en rondelles : saler et poivrer

Recouvrir d eau

Cuisson rapide : 10 min

Ajouter ensuite du dos de cabillaud pour 4 ou filets de cabillaud + 3 cuillères à café de fumé de poisson et un demi verre de vin blanc

Cuisson rapide : 7 min

C est prêt et excellent !! Accompagner de riz ou pomme de terre vapeur fait au cookeo

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

Pommes de terre morue

Moulinex cookeo

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

Poisson cuisiné minute

Moulinex cookeo

Poisson cuisiné minute

Myriam Corbet

Ingrédients :

4 personnes

- 500 gr de filets de flétans ou autre
- reste de sauce d'une recette faite dans la semaine (poulet coco, blanquette, basquaise ...)
- reste de riz ou de pâtes

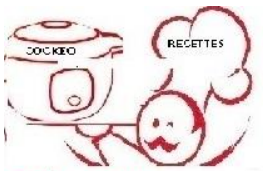
Mettre 500 ml d'eau dans le Cookéo, mettre les filets dans le panier à vapeur. mettre en cuisson rapide 5 mn. pendant ce temps, mettre la sauce et les féculents à réchauffer au micro-onde.

En 5 mn chrono, vous avez un délicieux poisson cuisiné digne d'une grande marque de produits congelés, en utilisant vos restes et en étant sûr des ingrédients qu'il contient !

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

LEGUMES

Navets caramélisés



Navets caramélisés

Préparation

Epluchez les navets et lavez les .
Coupez les navets en morceaux

Sélectionnez la fonction Ingrédients puis légumes et fruits choisissez navets . Indiquez le poids de vos navets puis versez 200 ml d'eau dans la cuve .
Déposez le panier vapeur dans la cuve puis lancez la cuisson (le temps est préprogrammé par cookeo). Fermez le couvercle.
Quand la cuisson est finie passez en mode dorer et versez de l'huile d'olive dans la cuve pour faire dorer les navets .
Saupoudrez avec le sucre en poudre et caramélisez.
Servez chaud

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

Pâtes crème basilic au cookeo

Cookeo

Pâtes crème basilic

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

400 g de pâtes

1 bouquet de basilic

1 gousse d'ail

150 g de crème fraîche

50 g de parmesan râpé

Huile d'olive

Sel

Poivre

Lavez et ciselez le basilic. Epluchez l'ail et coupez le en morceaux ou hachés le avec un hachoir.

Mode dorer

Faites revenir dans de l'huile d'olive les morceaux d'ail et le basilic ciselé. Réservez l'ensemble de ces ingrédients ;

Versez dans la cuve les pâtes et recouvrez d'eau (minimum 200 ml).

Mode cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 5 mn (le temps indiqué sur le paquet de pâtes divisé par 2).Quand la cuisson est terminé ouvrez votre cookeo et ajoutez aux pâtes la crème fraîche et les morceaux d'ail et le basilic ainsi que le parmesan .Mélangez tous les ingrédients.

Servez chaud.

Petits pois à la parisienne

Moulinex cookeo

Petits pois à la parisienne

Criki Cmoi

Ingrédients :

500 g de petits pois écossés,
1 oignon émincé,
2 à 3 carottes en rondelles,
1 feuille de laitue,
1 cube de bouquet garni
et du beurre

Faire revenir oignon et carottes dans du beurre. Ajouter les petits pois, remuer, ils changent un peu de couleur,

ajouter la salade, 250 ml d'eau, la salade, le bouquet garni, un peu de poivre et mettre en cuisson rapide 7 mns.

Ensuite, ajouter un morceau de beurre et en maintient au chaud

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

Pennes 4 fromages

cookeo

Pennes 4 fromages/ bacon

-250g de pâtes.
-100g de fromage de chèvre frais
-75 g de roquefort
-100g de gruyère râpé
-1 boule de mozzarella
-20cl crème semi épaisse ou épaisse
-100 g d'allumettes de bacon ou lardons
-500 ml d'eau.
-1 cube bouillon bœuf ou légumes.

Cuire les pâtes dans le bouillon cuisson rapide 7 mins (moitié du temps indique sur votre paquet). Après cuisson ajouter fromages, crème fraîche, bacon ou lardons. Mélanger. Cuisson rapide 3 minutes.

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

cookeo

Petits pois carottes pommes de terre

Moulinex cookeo

Petits pois carottes et pommes de terres

Audrey Alegra Loiseau

Ingrédients :

Pour 3-4 personnes:
1 boite de petits pois/carottes,
5 ou 6 pdt,
2 oignons,
1 gousse d'ail,
1 tomate,
sel fin,
épices à pommes de terre,
steackhouse

mettre le cookéo en mode dorer, faire dorer l'oignon émincer, l'ail pressé et la tomates en cubes quelques min, ajouter les pommes de terre et les faire revenir 1 min, ajouter les épices, mélanger. Égoutter les petits pois/carotte (garder un petit peu de jus) et mettre dans la cuve, ajouter un demi verre d'eau et passer en mode cuisson rapide et mettre 8 min. Bon appétit

Petits pois à la parisienne

Moulinex cookeo

Petits pois à la parisienne

Criki Cmoi

Ingrédients :

500 g de petits pois écossés,
1 oignon émincé,
2 à 3 carottes en rondelles,
1 feuille de laitue,
1 cube de bouquet garni
et du beurre

Faire revenir oignon et carottes dans du beurre. Ajouter les petits pois, remuer, ils changent un peu de couleur,

ajouter la salade, 250 ml d'eau, la salade, le bouquet garni, un peu de poivre et mettre en cuisson rapide 7 mns.

Ensuite, ajouter un morceau de beurre et en maintient au chaud

Poêlée du jardin

cookeo

Poêlée du jardin

Pour 6 pers.
-lardons
-oignons
-12 pdt coupées
- haricots verts surgelés
-champignons émincés
-10 cl de bouillon de volaille
- ail en poudre, sel/poivre

Faire revenir les lardons et l'oignon, puis ajouter les PDT, mélanger et laisser dorer quelques mins.Passer en cuisson rapide, ajouter les haricots verts, les champignons, l'ail, le sel, le poivre et le bouillon de volaille. Tout mélanger, cuisson 10 mins.

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

cookeo

Poêlée de légumes

Poêlée de légumes

proposée par Sandrine Bianchi

Ingrédients

3carottes
1/2 bte d'haricots vert
Une barquette de champignons
Une poignée d'oignons surgelés
La moitié d'une boite de lardons
100ml de bouillon de volaille
Sel poivre

(Pour 2 personnes doubler les quantité pour 4 personnes)

En mode dorer, mettre les oignons avec un filet d'huile d'olive puis des qu'ils caramélisent ajouter les lardons. Ensuite, ajouter le reste des ingrédients en finissant avec le bouillon et cuire en mode rapide 15min

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

Poêlée pommes de terre poireaux

Pôelée de Pommes de terre & poireau

proposée par Idées Recettes Cookeo

Ingrédients

Pour 4 personnes
1 oignon émincé
4 carottes coupées en rondelle
8 pommes de terre coupée en gros morceau
2 tomates coupés en morceau
2 poireaux coupés en rondelle
500ml de fond de veau
sel poivre herbe de Provence

Mode manuel fonction dorer

faire revenir l'oignon ajouter le poireau pendant quelques minutes , ajouter les tomates ,les pommes de terres , les carottes ajouter 500mll de fond de veau , salé poivré + herbes de Provence

cuisson rapide 12mn
Dring !!! c'est prêt ! accompagné d'une viande ou d'un poisson .

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

Poêlée pommes de terre carottes

Moulinex cookeo

Poêlée carottes et pommes de terre

Monique Denoyelle

Ingrédients :

pour 4 personnes :
30gr de beurre ,
2 cu huile.
1 oignon émincé,
6 carottes,
6 pommes de terre
Sel, poivre,
laurier, thym, .
Un cube Knor ou bouillon de volaille délayé dans 300 ml d'eau

Programme dorer:

Dorer dans le beurre et l'huile l'oignon émincé
Ajouter les carottes et les pommes de terre coupées en gros morceaux. Ajouter le sel, le poivre, le thym, le laurier , le bouillon.

Programme cuisson rapide 20 mn.

Pour réchauffer retirer le surplus d'eau s'il y en a...

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

Poêlée pomme de terre courgettes

cookeo

Poêlée de pommes de terre et courgettes

Margot Goldgerg

Ingrédients

Pour 4-5 personnes

- 3 courgettes
- 3 pommes de terre
- 2 petits oignons
- ail en poudre
- herbes de provence
- 15 cl de bouillon magie or

Couper les pommes de terre, les oignons, et les courgettes en petits morceaux.
Faire revenir les pommes de terre et les oignons en mode doré pendant 4 min avec les herbes et l'ail puis ajouter les courgettes, laisser encore 3 min.
Rajouter le bouillon et mettre en cuisson rapide 8 min.

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

cookeo

Pois chiches au curry

Cookeo

Pois chiches au curry

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

2 oignons

4 gousses d'ail

400g de pois chiches cuits

400 g de tomates pelées

1 cuillère à café de curcuma

1 cuillère à café de curry

1 cuillère à soupe de coriandre moulue

Sel Poivre

Huile d'olive

Mode dorer

Versez de l'huile dans la cuve et faites revenir l'ail et les oignons coupés en morceaux .

Ajoutez les épices : curcuma et curry ainsi que la coriandre moulue.

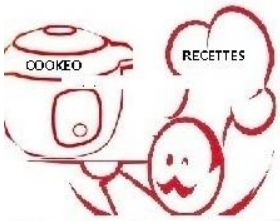
Ajoutez les pois chiches et les tomates pelées et leur jus

Versez un verre d'eau

Mode cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn de cuisson et servez chaud .

Poireaux vinaigrette



Poireaux vinaigrette

190 CALORIES 5 PP 5 SP

Ingrédients pour 4 personnes

4 poireaux
4 cuillères à soupe d'huile d'olive
2 cuillères à soupe de vinaigre
1 cuillère à soupe de moutarde
2 échalotes
Sel
Poivre

Préparation

Coupez les échalotes en morceaux.
Préparez votre vinaigrette dans un ramequin :
Commencez par le vinaigre
Ajoutez la cuillère de moutarde et mélangez
Salez et poivrez
Ajoutez petit à petit les 4 cuillères à soupe d'huile
Ajoutez les morceaux d'échalotes
Sélectionnez la fonction Ingrédients puis choisissez Fruits et légumes puis Poireaux.
Indiquez le poids de vos poireaux.
Ajoutez dans la cuve 200 ml d'eau.
Déposez les poireaux dans le panier vapeur puis le panier vapeur dans la cuve.
Commencez la recette en appuyant sur OK ; Fermez le couvercle.
Quand la cuisson est terminée ouvrez votre cookeo et laissez refroidir les poireaux à l'air libre puis au frigo.
Servez froid avec la vinaigrette et les morceaux d'échalotes

Cookeo

Moulinex

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

Poireaux à la moutarde

Cookeo

Poireaux à la moutarde

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients

400 g de poireaux congelés
3 cuillères à soupe de moutarde
Sel
Poivre
Huile d'olive
1 verre de vin blanc
100 g d'oignons congelés
1 cube de bouillon de bœuf
200 ml d'eau

Fonction dorer
Versez de l'huile d'olive dans la cuve et faites dorer les oignons .
Emiettez le cube de bouillon de bœuf dans 200 ml d'eau et versez l'ensemble dans la cuve.
Versez le verre de vin blanc.
Salez et poivrez .

Ajoutez les 3 cuillères à soupe de moutarde.
Passez en mode **cuisson rapide ou cuisson sous pression** 10 mn .

Ouvrez votre cookeo et servez chaud

Poireaux à l'orientale➽➽➽

Cookeo

Poireaux à l'orientale

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

1 kg de poireaux en rondelles congelés

100 g d'oignons congelés

1 petite boîte de tomates concassées

1 cuillère à soupe de jus de citron

1 cuillère à café de curcuma

Paprika

Huile d'olive

Mode dorer

Versez l'huile d'olive dans la cuve puis faites revenir les oignons. Quand ils ont blondi, ajoutez les rondelles de poireaux.

Versez la boîte de tomates concassées. Mélangez l'ensemble.

Ajoutez la cuillère à café de curcuma le jus de citron puis saupoudrez de paprika. Salez et poivrez . Mélangez l'ensemble des ingrédients.

Mode cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 10 mn. Servez chaud.

Poireaux à la moutarde et à la crème

Moulinex cookeo

Poireaux à la moutarde et à la creme

Gambiez Nathalie

Ingrédients :

pour 4 pers
1kg de poireaux
huile d olive
4cas de moutarde
4cas de creme fraiche
3cas de jus de citron

Coupez les poireaux en rondelle et les faire cuire 5mn av de l huile d olive en cuisson rapide , apres les 5mn ajoutez la moutarde, la creme fraiche et le jus de citron ,sel et poivre et remettre 5mn en cuisson rapide
bon appétit

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

Pois chiche vegetarian style

pois chiche vegetarian style

	2	4	6
Pousses d'épinard	100 g	200 g	300 g
Pois chiche cuits	200 g	400 g	600 g
Mélange de céréales précuites (quinoa / lentilles)	200 g	400 g	600 g
Pignons de pin grillés	20 g	40 g	60 g
Tomates séchées	30 g	60 g	90 g
Eau	11 cl	12 cl	14 cl
Sel et poivre			

Préparation : 5 mn Cuisson : 1 mn

Préparation :
Mettre un peu d'huile et les tomates séchées dans la cuve
Préchauffage
Ajouter et cuire les pousses d'épinard.
Arrêter de dorer
Ajouter tous les autres ingrédients
Cuisson

Polenta crémeuse au citron

Polenta crémeuse au citron

	2	4	6
Polenta	100 g	200 g	300 g
Beurre	20 g	40 g	60 g
Lait	50 cl	1 L	1.5 L
Citron (jus et zeste)	1/2	1	1,5
Crème liquide 15% MG	10 cl	15 cl	20 cl
Thym	2 pinc.	4 pinc.	6 pinc.
Sel			
Piment d'Espelette	1/2 Pinc	1 Pinc.	1.5 pinc.

2P Préparation : 5 mn Cuisson : 7 mn
4P Préparation : 5 mn Cuisson : 8 mn
6P Préparation : 5 mn Cuisson : 9 mn

Mettre dans la cuve le lait, le beurre, le sel, le piment d'Espellette, les zestes de citron et le thym.
Préchauffage
Ajouter la polenta.
Mélanger avec une spatule en bois.
Arrêter de dorer.
Cuisson
Fouetter pour mélanger le lait et la polenta.
Ajouter la crème et jus de citron, bien fouetter.

Pommes de terre à la grecque

Pomme de terre à la Grecque

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

Préparation : 10 mn Cuisson : 6 mn

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

Pommes de terre fondantes

Moulinex cookeo

Pommes de terre fondantes.

Regine Laroche

Ingrédients :

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

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

Pommes de terre vin blanc

Moulinex cookeo

Pommes de terre au vin blanc

Corinne Croisille

Ingrédients :

pour 4 personnes :

- 1kg de pommes de terre
- 50g de margarine
- 2 cuillères à soupe de farine
- 2 oignons émincés
- 1 verre de vin blanc
- sel et poivre

Épluchez, laver les pommes de terre et coupez-les en quartiers.

Mettre le Cookéo en mode manuel et dorer.

Faites fondre la matière grasse, ajouter les oignons et dorer les pommes de terre. Salez et poivrez.

Saupoudrez de farine.

Mélangez bien et délayez avec le vin blanc.

Passez en mode cuisson rapide 12 minutes, bon appetit !

Purée maison

Cookeo

Moulinex

Purée de pommes de terre maison

Ingrédients pour 6 personnes

1,5 kg de pommes de terre
400 ml d'eau
1 cube de bouillon de boeuf
sel
Poivre
2 cuillères à soupe de crème fraîche
Muscade

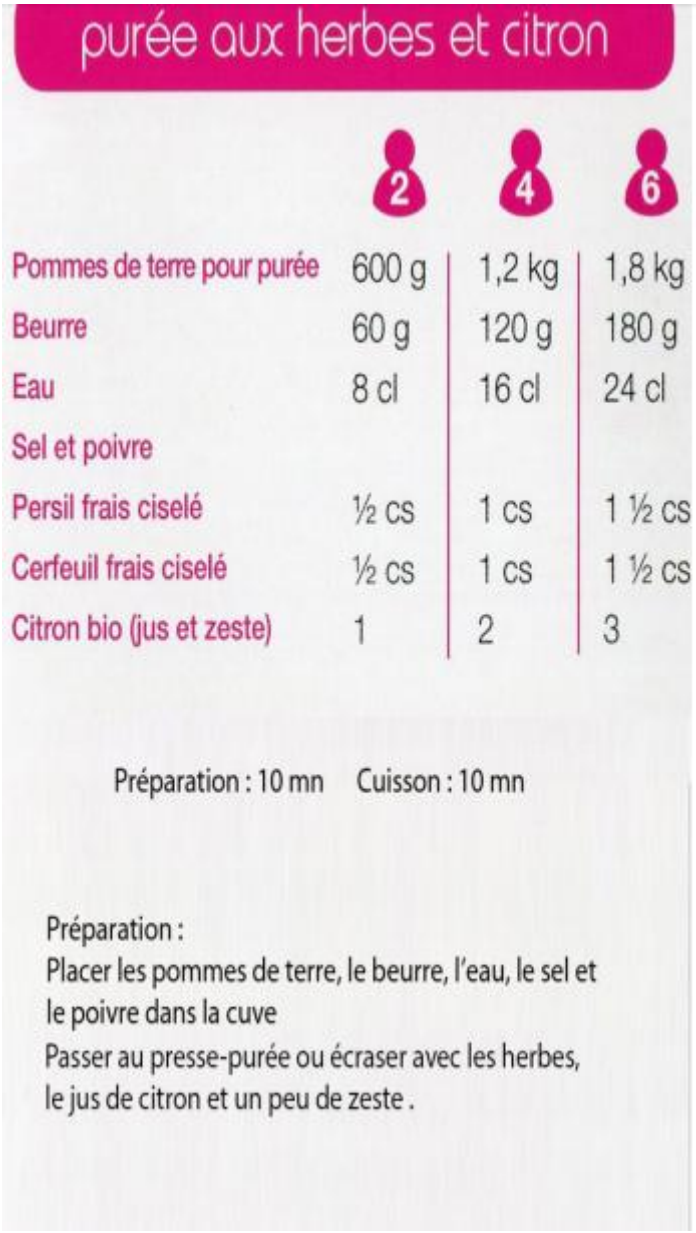
Préparation

Déposez les pommes de terre coupées en morceaux dans la cuve ,versez les 400 ml d'eau avec le cube de bouillon de boeuf.

Salez et poivrez selon votre convenance
Saupoudrez de muscade .
Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 15 mn.

Quand la cuisson est terminée passez les pommes de terre au presse purée.
Ajoutez la crème fraîche .
Servez chaud

Purée aux herbes et citron



purée aux herbes et citron

	2	4	6
Pommes de terre pour purée	600 g	1,2 kg	1,8 kg
Beurre	60 g	120 g	180 g
Eau	8 cl	16 cl	24 cl
Sel et poivre			
Persil frais ciselé	½ cs	1 cs	1 ½ cs
Cerfeuil frais ciselé	½ cs	1 cs	1 ½ cs
Citron bio (jus et zeste)	1	2	3

Préparation : 10 mn Cuisson : 10 mn

Préparation :
Placer les pommes de terre, le beurre, l'eau, le sel et le poivre dans la cuve
Passer au presse-purée ou écraser avec les herbes, le jus de citron et un peu de zeste .

Purée lentilles carottes

Purée lentilles carottes

Ingrédients pour 4 personnes

250 g de lentilles
400 g de carottes
1 oignon
1 cube de bouillon de bœuf
Sel
Poivre

Préparation

Ajoutez un à un les ingrédients en commençant par les lentilles, les carottes, les morceaux d'oignons
Versez 1 l d'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 25 mn
Passez l'ensemble des ingrédients au mixeur. Servez chaud.

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

Purée de brocolis

Purée de brocolis aux amandes

Proposée par Brigitte Guillot

Ingrédients

Brocoli frais
Beurre
Poudre d'amande
Persil haché
Eau
Sel poivre

c'est simple prendre la recette du cookeo entrée brocoli aux amandes

et a la fin de cuisson mixer comme une puré et rajouter du lait!

Trop bon!

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

Purée de pois cassés

Moulinex cookeo

Purée de pois cassés

Karine Mathieu Boukansa

Ingrédients :

pour 6 pers.

300 g de pois cassés ,
le même volume en eau,
3 gousses d'ail écrasés,
1cs d'huile d'olive,
sel

En mode ingredients lentille
le temps baissé à 15 min,
tout mettre dans le cookeo et lancer la cuisson. quand c'est cuit, mixé c'est prêt

Purées aux herbes et citron

purée aux herbes et citron

	2	4	6
Pommes de terre pour purée	600 g	1,2 kg	1,8 kg
Beurre	60 g	120 g	180 g
Eau	8 cl	16 cl	24 cl
Sel et poivre			
Persil frais ciselé	½ cs	1 cs	1 ½ cs
Cerfeuil frais ciselé	½ cs	1 cs	1 ½ cs
Citron bio (jus et zeste)	1	2	3

Préparation : 10 mn Cuisson : 10 mn

Préparation :
Placer les pommes de terre, le beurre, l'eau, le sel et le poivre dans la cuve
Passer au presse-purée ou écraser avec les herbes, le jus de citron et un peu de zeste .

Purée de pommes de terre saint agur

Cookeo Moulinex

Purée de pommes de terre au Saint Agur

Ingrédients pour 4 personnes

400 g de pommes de terre coupées en morceaux
Sel
Poivre
250 ml de lait
1 cube de bouillon de bœuf
15 g de Saint Agur
2 cuillères à soupe de crème fraîche

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

Préparation

Ajoutez les pommes de terre et le lait dans la cuve .
Salez et poivrez.
Ajoutez le cube de bouillon de bœuf .

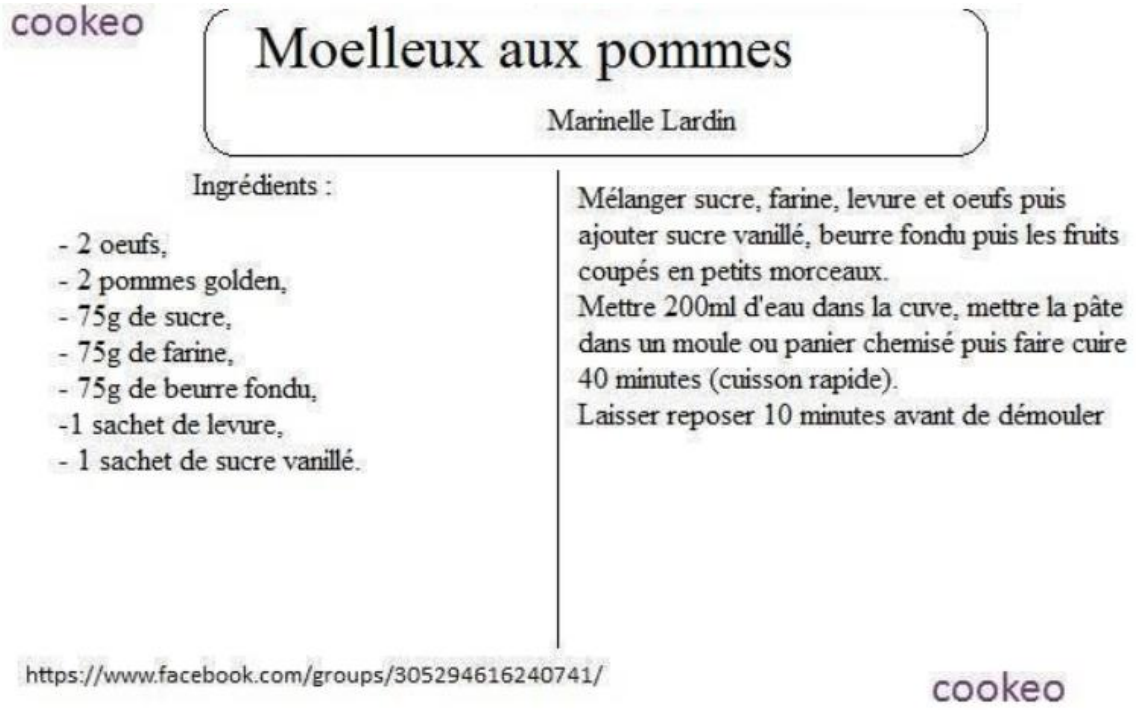
Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 15 mn
Mixez l'ensemble de la préparation
Ajoutez le Saint Agur et la crème fraîche
Servez chaud

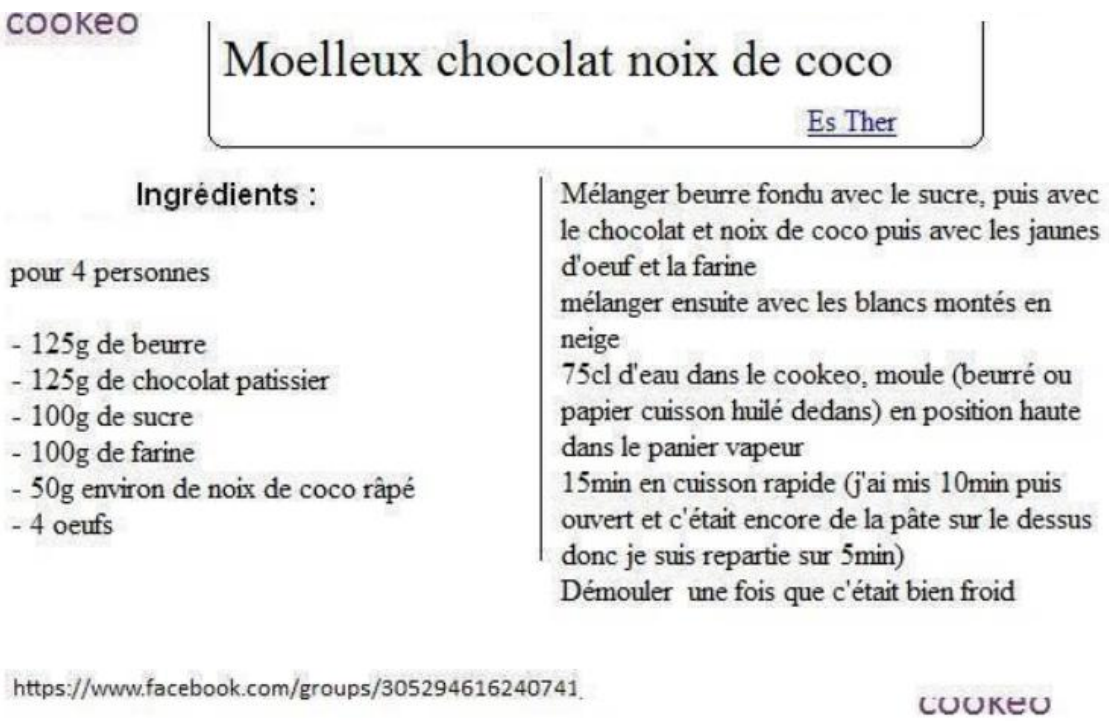
http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

DESSERTS

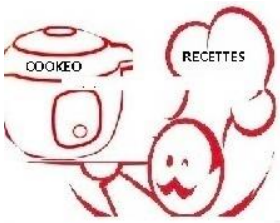
Moelleux aux pommes



Moelleux chocolat noix de coco



Œufs lait coco



Oeuf lait coco

Ingrédients pour 4 personnes

1 boite de lait concentré sucré (397 g)
Equivalent en lait
Nappage caramel
4 œufs
400 ml de lait
400 ml d'eau
30 g de maïzena

Préparation

Dans un saladier mélangez le lait concentré.
Versez le lait dans la boite de lait concentré que vous avez versée dans le saladier.
Cassez les œufs puis mélangez avec le lait.
Ajoutez la maïzena au reste de la préparation, mélangez. Versez la noix de coco râpée.
Versez toute la préparation dans un moule.
Placez le moule dans le panier vapeur du cookeo.
Versez 400 ml d'eau dans la cuve puis placez le panier vapeur.
Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 15 mn
Ouvrez le cookeo et laissez refroidir à l'air libre puis placez au frigo au moins 1 h.

Cookeo Moulinex

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

Oeufs au lait au chocolat

Cookeo Moulinex

Oeufs lait chocolat

Ingrédients

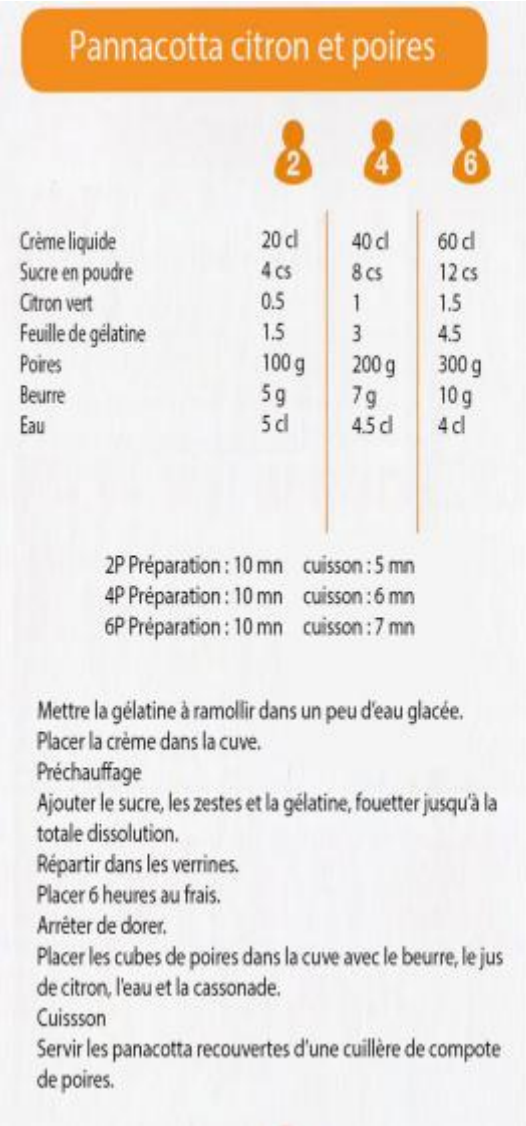
1 boite de lait concentré sucré (397 g poids net)
L'équivalent du lait concentré en lait nature
100 g de chocolat noir
4 œufs
400 ml d'eau

Préparation

Dans un saladier versez le lait concentré, puis versez du lait dans l boite vide du lait concentré (pour obtenir le même dosage). Mélangez.
Cassez les œufs un à un puis mélangez avec le lait concentré et le lait normal.
Ajoutez le chocolat que vous avez fait fondre au micro-ondes ou dans une casserole avec un peu d'eau.
Mélangez
Versez 400 ml d'eau dans la cuve
Versez la préparation dans le moule. Placez le panier vapeur dans la cuve et le moule dans le panier vapeur.
Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 15 mn de cuisson
Laissez refroidir à l'air libre.
Puis placez au frigo minimum 1 h (vous pouvez disposez un film dessus le moule)
Démoulez et servez.

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

Panaconatta citron et poires



Pannacotta citron et poires

	2	4	6
Crème liquide	20 cl	40 cl	60 cl
Sucre en poudre	4 cs	8 cs	12 cs
Citron vert	0.5	1	1.5
Feuille de gélatine	1.5	3	4.5
Poires	100 g	200 g	300 g
Beurre	5 g	7 g	10 g
Eau	5 cl	4.5 cl	4 cl

2P Préparation : 10 mn cuisson : 5 mn
4P Préparation : 10 mn cuisson : 6 mn
6P Préparation : 10 mn cuisson : 7 mn

Mettre la gélatine à ramollir dans un peu d'eau glacée.
Placer la crème dans la cuve.
Préchauffage
Ajouter le sucre, les zestes et la gélatine, fouetter jusqu'à la totale dissolution.
Répartir dans les verrines.
Placer 6 heures au frais.
Arrêter de dorer.
Placer les cubes de poires dans la cuve avec le beurre, le jus de citron, l'eau et la cassonade.
Cuissson
Servir les panacotta recouvertes d'une cuillère de compote de poires.

Panacotta

Moulinex cookeo

Panacotta

Elise Bigouden

Ingrédients :

pour 6 personnes :

- 1 l de crème liquide fleurette allégée
- 300 ml de lait
- 100 g de sucre et un sachet de sucre vanillé
- 6 feuilles de gélatine
- coulis de fruits rouges (ou autre)

Faites chauffer ensemble la creme, le lait, le sucre en ne cessant de tourner avec un fouet souple ,

incorporer les feuilles de gelatine, des que ça bout, sortir la cuve du cookeo et tourner jusqu'a refroidissement de la creme pour eviter qu'une peau se forme a la surface ,

verser dans des ramequins et faire refroidir toute une nuit au frigo,

servir avec un coulis de fruits rouges ou de fruits exotiques, avec du caramel aussi c'est top !

Pâtes à tartiner

Pate à Tartiner

Ingrédients

70 g de beurre
100g de pralinoise
70 g de choco patissier
130g de lait concentré sucré
35g de lait 6 carrés de choco noisettes
50 g de poudre de noisettes

J'ai mis en mode maintien au chaud,
mis tous les ingrédient et je laisse fondre.
5 mins de cuisson

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

Petit gâteau à la banane

cookeo

Petit gâteau à la banane à ma façon

Maryléne Leroux

Ingrédients :

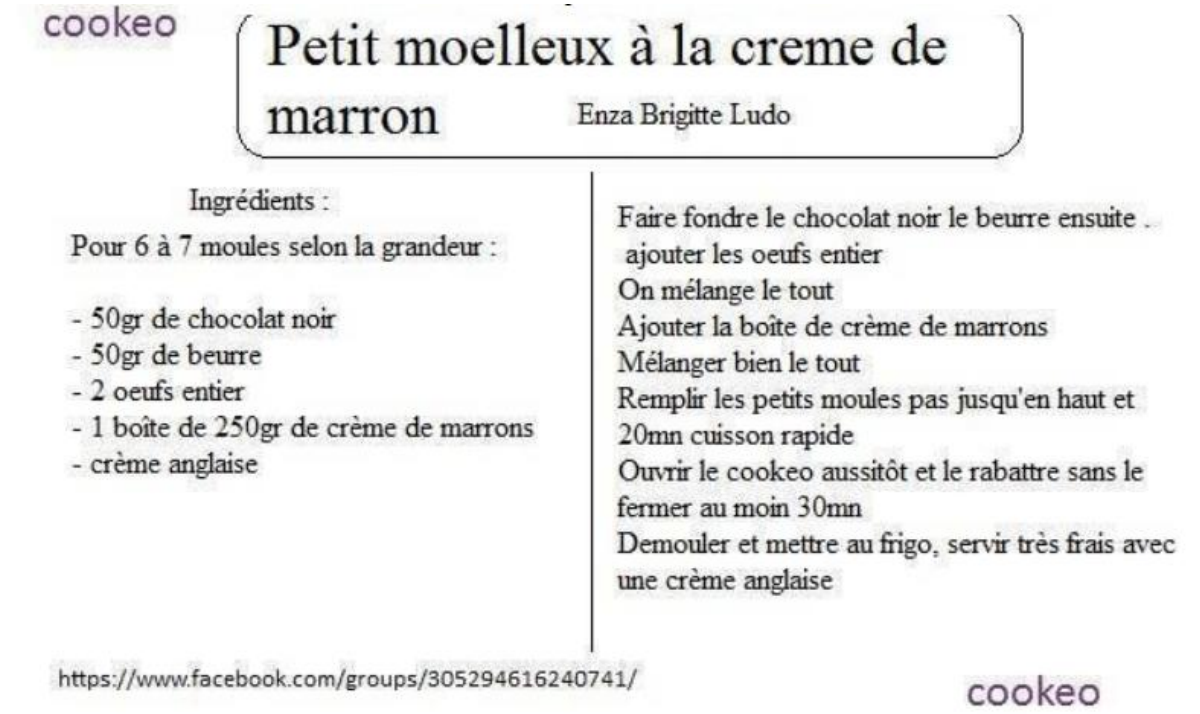
- 3 oeufs (les peser)
- Moitié du poids des oeufs en sucre, farine,et beurre fondu ;
- 1 sachet de levure;
- 1 sachet de sucre vanillé;
-2 bananes

Mélanger les oeufs avec le sucre et le sucre vanillé.
Incorporez la farine ainsi que la levure, puis ajoutez le beurre fondu. couper les bananes et les mettres dans la pâte.
Mettre 200 ml d'eau environ dans la cuve.
Mettre la pâte dans le moule puis le moule sur le panier vapeur dans la cuve.
Mettre en cuisson rapide 45 min.
Laissez refroidir avant de démouler.

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

cookeo

Petit moelleux à la crème de marron



cookeo

Petit moelleux à la creme de marron

Enza Brigitte Ludo

Ingrédients :

Pour 6 à 7 moules selon la grandeur :

- 50gr de chocolat noir
- 50gr de beurre
- 2 oeufs entier
- 1 boîte de 250gr de crème de marrons
- crème anglaise

Faire fondre le chocolat noir le beurre ensuite .
ajouter les oeufs entier
On mélange le tout
Ajouter la boîte de crème de marrons
Mélanger bien le tout
Remplir les petits moules pas jusqu'en haut et 20mn cuisson rapide
Ouvrir le cookeo aussitôt et le rabattre sans le fermer au moin 30mn
Demouler et mettre au frigo, servir très frais avec une crème anglaise

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

cookeo

Petite douceur aux pommes

Moulinex cookeo

Petites douceurs aux pommes.

Syl Vie

Ingrédients :

pour 6 verrines :
5 pommes
60 gr de sucre
galettes bretonnes
chantilly

sous la recette "compote de fruits"
faire une compotée avec ls pommes ,
l'eau et le sucre.
quand la compotée est prête ,
dresser en verrines....
dans cet ordre : 1 galette bretonne
émiettée , compotée de pommes.
mettre au frais et au moment de
servir , mettre de la chantilly dessus
avec qques morceaux de galettes
bretonnes pr décorer.
un régal !!!

Petits pots de crème à la fleur d'oranger

cookeo

Petit pots de crème à la fleur d'oranger

Sylvie Vuillemard

Ingrédients :

Pour 6 ramequins

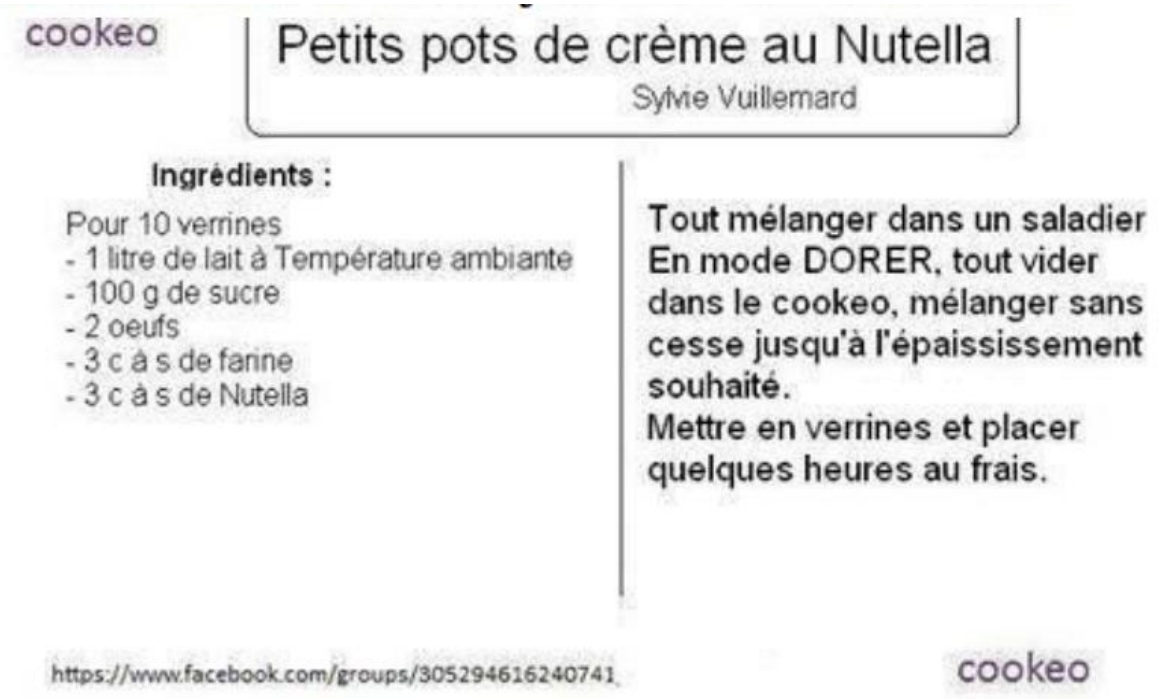
- 1/2 l de lait
- 80g de sucre
- 25 g de farine
- 2 oeufs
- 1 bouchon de fleur d'oranger

Tout mélanger dans un saladier
Mettre en mode dorer, quand le prechauffage est terminé, tout vider dans le cookeo et remuer sans arrêt jusqu'à l'épaississement voulu
Mettre dans les ramequins et servir bien frais

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

cookeo

Petit pot de crème au Nutella



cookeo

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

Tout mélanger dans un saladier En mode DORER, tout vider dans le cookeo, mélanger sans cesse jusqu'à l'épaississement souhaité.
Mettre en verrines et placer quelques heures au frais.

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

cookeo

Petit gâteau chocolat et yaourt

cookeo

Petits gateaux au yaourt et chocolat au lait Jessica Goupil

Ingrédients :

Pour 8 petits gateaux

- 2 oeufs
- 2 pots de sucre
- 1 pot de yaourt
- 1 pot d'huile
- 2 pots de farine
- 1 sachet de levure chimique

Mélanger le tout.
Diviser en 2 saladiers, ajouter dans 1 : une tablette de chocolat fondu au beurre.
Dans la cuve mettre 50cl d'eau.
Mettre en cuisson rapide 11 min.

Attendre un peu avant de démouler.

A déguster chaud ou froid !

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

cookeo

Poire Belle Hélène

Moulinex cookeo

Poire belle Hélène

'Abdel Alaoui

Ingrédients :

4 personnes

4 poires mures
1 litre d'eau
150 gr de sucre roux
1 pincée de cannelle
1 pincée de 4 épices
1 gousse de vanille
250 gr de chocolat

Mettre l'eau, la cannelle, le sucre, la vanille et le 4 épices dans le Cookeo.

Y plonger les poires épluchées et mettre en cuisson rapide 4 minutes.

Une fois la cuisson terminée, retirer les poires et les dresser dans une assiette,

prélever 2 louches de sirop de cuisson et y faire fondre le chocolat (la chaleur de la cuisson suffit à le faire fondre),

napper les poires de chocolat et servir avec une petite fleur de crème chantilly.

Poire Belle Héléne

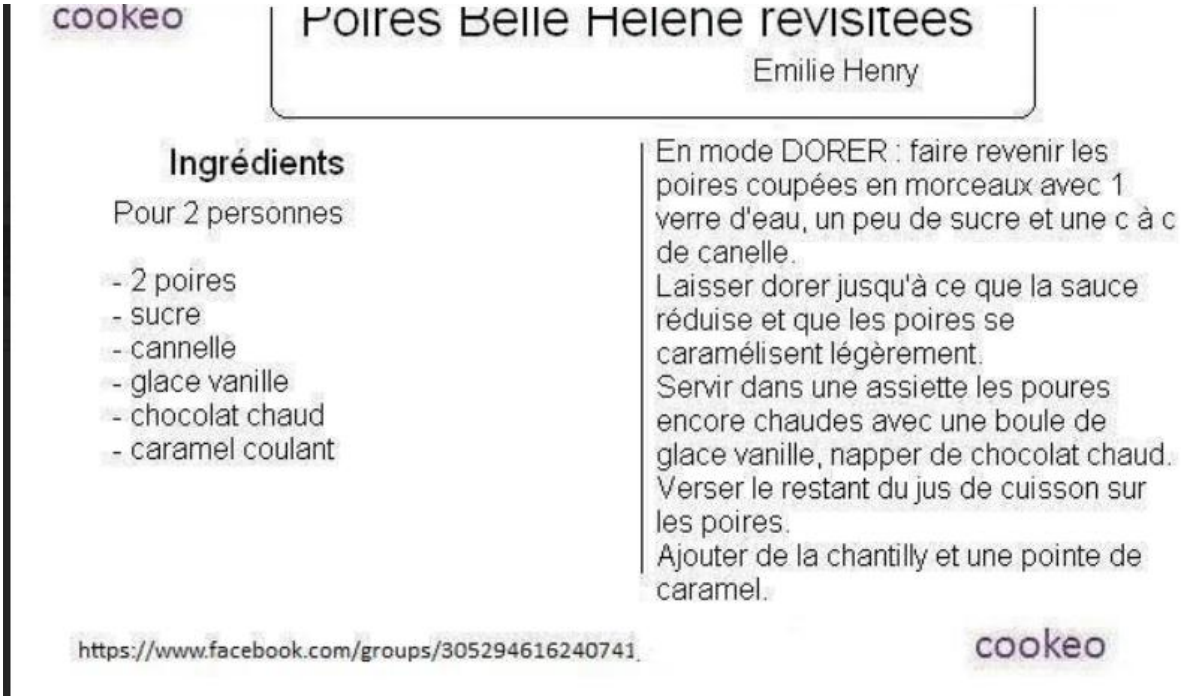
Poires belle-Hélène

	2	4	6
Poires conférence mûres	2	4	6
Eau	10 cl	15 cl	20 cl
Sucre	30 g	45 g	60 g
Gousse de vanille grattée	1/2	1	1.5
Chocolat 50 %	100 g	150 g	200 g
Beuure demi-sel	5 g	10 g	15 g
Crème fraiche épaisse	20 g	30 g	40 g
Glace à la vanille et Chantilly			

Préparation : 10 mn Cuisson : 7 mn

Préparation :
Placer les poires, l'eau, les graines de vanille et le sucre dans la cuve.
Cuisson
Sortir les poires.
Couvrir le chocolatdu sirop obtenu.
Fouetter et servir !

Poire Belle Héléne 2



cookeo

Poires Belle Helene revisitees

Emilie Henry

Ingrédients

Pour 2 personnes

- 2 poires
- sucre
- cannelle
- glace vanille
- chocolat chaud
- caramel coulant

En mode DORER : faire revenir les poires coupées en morceaux avec 1 verre d'eau, un peu de sucre et une c à c de canelle.
Laisser dorer jusqu'à ce que la sauce réduise et que les poires se caramélisent légèrement.
Servir dans une assiette les poures encore chaudes avec une boule de glace vanille, napper de chocolat chaud.
Verser le restant du jus de cuisson sur les poires.
Ajouter de la chantilly et une pointe de caramel.

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

cookeo

Poires au vin et aux épices

Poires au vin et aux épices

proposée par cusinesab

Ingrédients

pour 4 personnes

4 poires

400ml de vin

100ml d'hypocras

100g de sucre en poudre

1 baton de canelle

4 anis étoilé

éplucher les poires en laissant la queue de la poire

en mode manuel fonction dorer :

mettre le vin, l'hypocrass et les épices dans le bol du cookéo ajouter les poires

faire cuire 10 minutes au cookéo

au bout des 10 minutes retourner les poires et mettre maintien au chaud pendant 10 minutes pour que les poires prennent bien la couleur

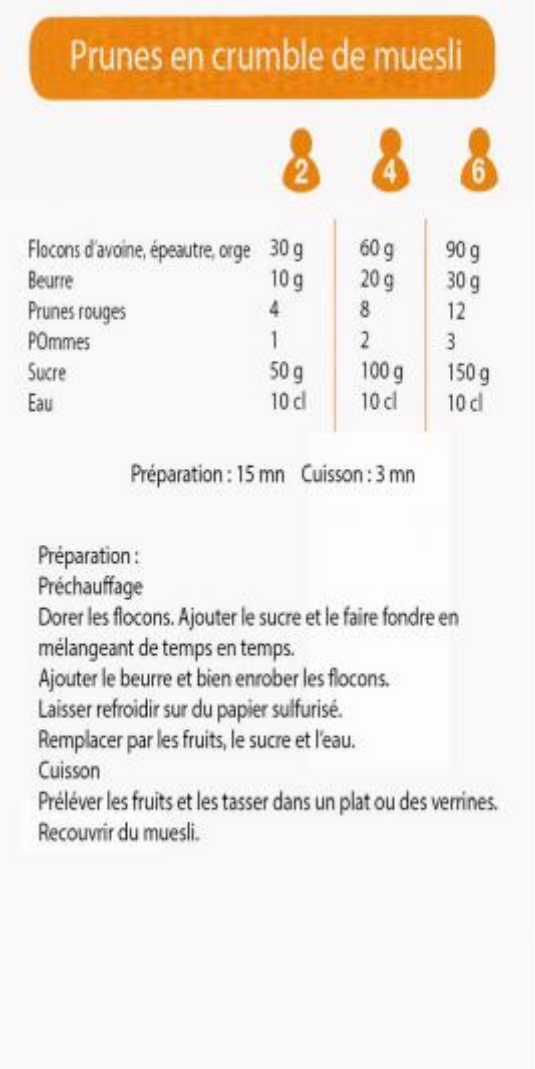
servez les poires tièdes ou froides comme vous préférez

résultat : des poires fondantes et bien épicées

le jus non consommé peut être conservé et bu plus tard comme un vin chaud

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

Prunes en crumble de muesli



Prunes en crumble de muesli

	2	4	6
Flocons d'avoine, épeautre, orge	30 g	60 g	90 g
Beurre	10 g	20 g	30 g
Prunes rouges	4	8	12
POmmes	1	2	3
Sucre	50 g	100 g	150 g
Eau	10 cl	10 cl	10 cl

Préparation : 15 mn Cuisson : 3 mn

Préparation :
Préchauffage
Dorer les flocons. Ajouter le sucre et le faire fondre en mélangeant de temps en temps.
Ajouter le beurre et bien enrober les flocons.
Laisser refroidir sur du papier sulfurisé.
Remplacer par les fruits, le sucre et l'eau.
Cuisson
Prélever les fruits et les tasser dans un plat ou des verrines.
Recouvrir du muesli.

Pudding rose et framboises

Pudding rose et framboises

	2	4	6
Biscuits roses de Reims	8	16	24
Oeuf	1	2	3
LAit entier	27 cl	55 cl	85 cl
Sirop de rose (ou de grenadine)	40 g	80 g	120 g
Framboises	80 g	150 g	250 g
Framboises, pour décorer	45 g	100 g	125 g
Sucre glace, pour décorer			
Moule de charlotte chemisé de papier cuissin			

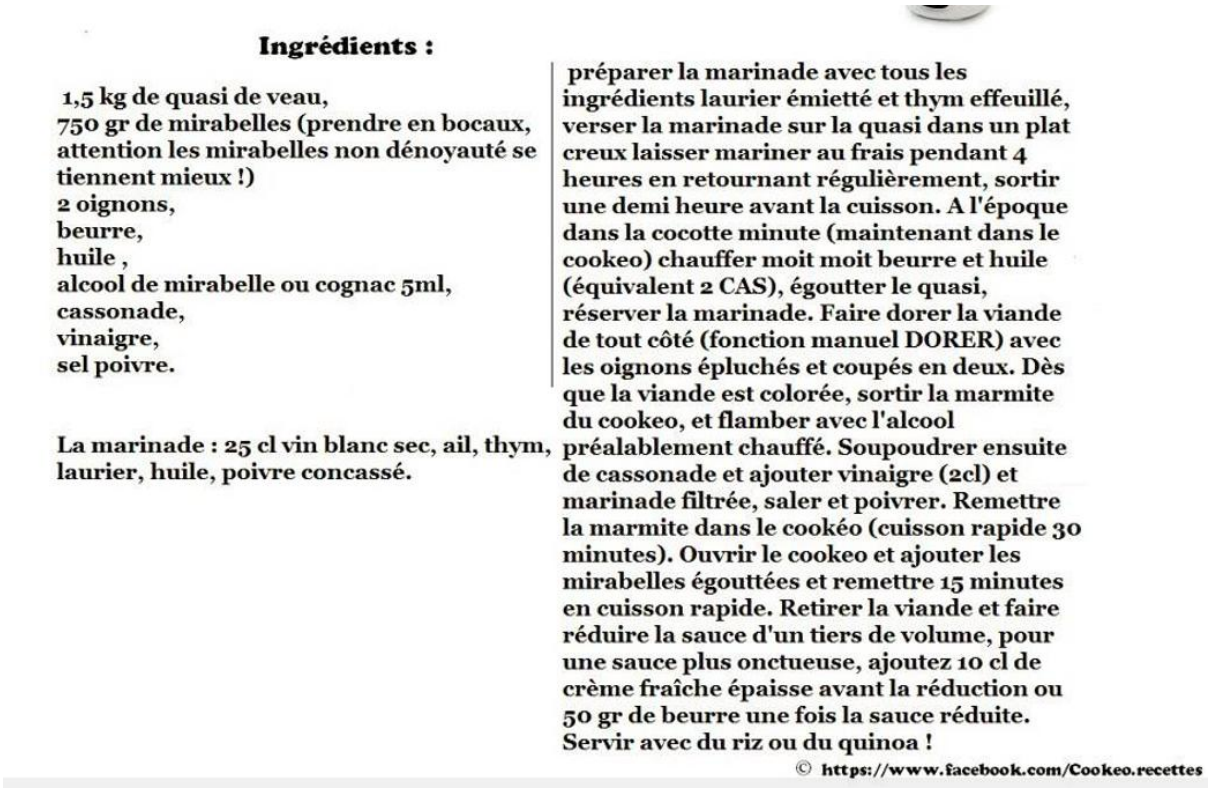
2P Préparation : 15 mn Cuisson : 20 mn
4P Préparation : 15 mn Cuisson : 35 mn
6P Préparation : 15 mn Cuisson : 40 mn

Préparation :
Mélanger oeuf, sirop, lait.
Y ramolir les biscuits
Verser dans le moule avec les framboises.
Filmer le moule et placer le dans le panier vapeur.
Verser 40 cl d'eau dans la cuve puis y placer le panier vapeu
Cuisson
Après la cuisson
Garder au froid 8 h. Passer un couteau autour.
Démouler
Décorer
Servir !

LETTRES QRST

VIANDES

Quasi de veau mirabelles



Ingrédients :

1,5 kg de quasi de veau,
750 gr de mirabelles (prendre en bocaux, attention les mirabelles non dénoyauté se tiennent mieux !)
2 oignons,
beurre,
huile ,
alcool de mirabelle ou cognac 5ml,
cassonade,
vinaigre,
sel poivre.

La marinade : 25 cl vin blanc sec, ail, thym, laurier, huile, poivre concassé.

préparer la marinade avec tous les ingrédients laurier émietté et thym effeuillé, verser la marinade sur la quasi dans un plat creux laisser mariner au frais pendant 4 heures en retournant régulièrement, sortir une demi heure avant la cuisson. A l'époque dans la cocotte minute (maintenant dans le cookeo) chauffer moit moit beurre et huile (équivalent 2 CAS), égoutter le quasi, réserver la marinade. Faire dorer la viande de tout côté (fonction manuel DORER) avec les oignons épluchés et coupés en deux. Dès que la viande est colorée, sortir la marmite du cookeo, et flamber avec l'alcool préalablement chauffé. Soupoudrer ensuite de cassonade et ajouter vinaigre (2cl) et marinade filtrée, saler et poivrer. Remettre la marmite dans le cookéo (cuisson rapide 30 minutes). Ouvrir le cookeo et ajouter les mirabelles égouttées et remettre 15 minutes en cuisson rapide. Retirer la viande et faire réduire la sauce d'un tiers de volume, pour une sauce plus onctueuse, ajoutez 10 cl de crème fraîche épaisse avant la réduction ou 50 gr de beurre une fois la sauce réduite. Servir avec du riz ou du quinoa !

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

Queue de boeuf mijotée

Moulinex cookeo

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!!!

Quinoa vache qui rit

cookeo

quinoa carotte vache qui rit

Pour 2 pers.
-1 oignon
-3 carottes coupées en cubes
-120 g de quinoa
-20 cl d'eau avec bouillon de légumes
-2 vaches qui rit

Faire dorer des oignons et 3 carottes coupées en cubes, ajouter 120 g de quinoa, 20 cl d'eau avec un bouillon de légumes, cuisson rapide 6 mins, en fin de cuisson ajouter 2 vaches qui rit.

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

cookeo

Raviolis Boursin

Cookeo Moulinex

Ravioli boursin

Ingrédients pour4 personnes

600 g de ravioli 4 fromages
4 cuillères à soupe de crème fraîche
3 cuillères à soupe de Boursin ou équivalent
1 cube de bouillon de bœuf
200 ml d'eau
Sel
poivre

Préparation

Ajoutez dans la cuve les raviolis puis versez l'eau et le cube de bouillon de bœuf émiétté.
Salez et poivrez .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 4 mn (temps indiqué sur le paquet divisé par 2)
Quand la cuisson est terminée ajoutez le Boursin et la crème fraîche
Servez chaud avec du gruyère râpé par exemple

Raviolis tomates express

Cookeo Moulinex

Raviolis tomates express

Ingrédients pour 4 personnes
2 paquets de raviolis frais
1 petite boite de tomates concassées
1 verre de vin blanc
1 cube de bouillon de bœuf
200 ml d'eau
100 g de gruyère râpé

Préparation
Ajoutez les ingrédients un à un .
En commençant par les raviolis, les tomates concassées .
Versez le vin blanc et l'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté .

Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 2 mn.
Saupoudrez de gruyère et servez chaud

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

Raclette revisitée

Moulinex cookeo

Raclette revisitee

Vaness Montebran

Ingrédients :

pour 4 personnes
1 barquette de fromage a raclette
10 petites tranches de bacon du grison 6 tranches
oignons 80g
4/5 tomates sechees a ail
3/4 pdt ..

en mode dorer jai mis un peu huile olive ,
j ai mis mes oigonons mon bacon, grison que jai fait dorer par dessus j ai mis tomates et ensuite pdt (au prealable que javais fait cuire dans apm)

Mettre le fromage qui recouvre tous les ingredients.

Mode cuisson rapide 5min et le tour est joué !
BON APPET

Raclette

cookeo

raclette

Pour 4 pers.
-champignons
-6 pdt coupées en rondelles
-jambon de pays
-200 ml d'eau
-fromage à raclette

Couper les champignons et les mettre dans la cuve.
Ajouter les pdt et le jambon.
Couvrir d'eau, cuisson rapide 5 minutes.
A la fin, recouvrir de fromage à raclette, cuisson rapide 1 minute.

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

cookeo

Ragoût

Moulinex cookeo

Ragoût

Caroline Salamone

Ingrédients :

Pour environ 6 personnes

- 500 gr de sauté de porc (ou bœuf ou bien les deux),
-Allumettes lardons fumés
- 700 gr de pomme de terre
- 4 carottes
- un gros oignon (ou échalotes)
- 1/4 l de vin rouge,
- un kubor (1/4l d'eau),
des herbes de Provence.

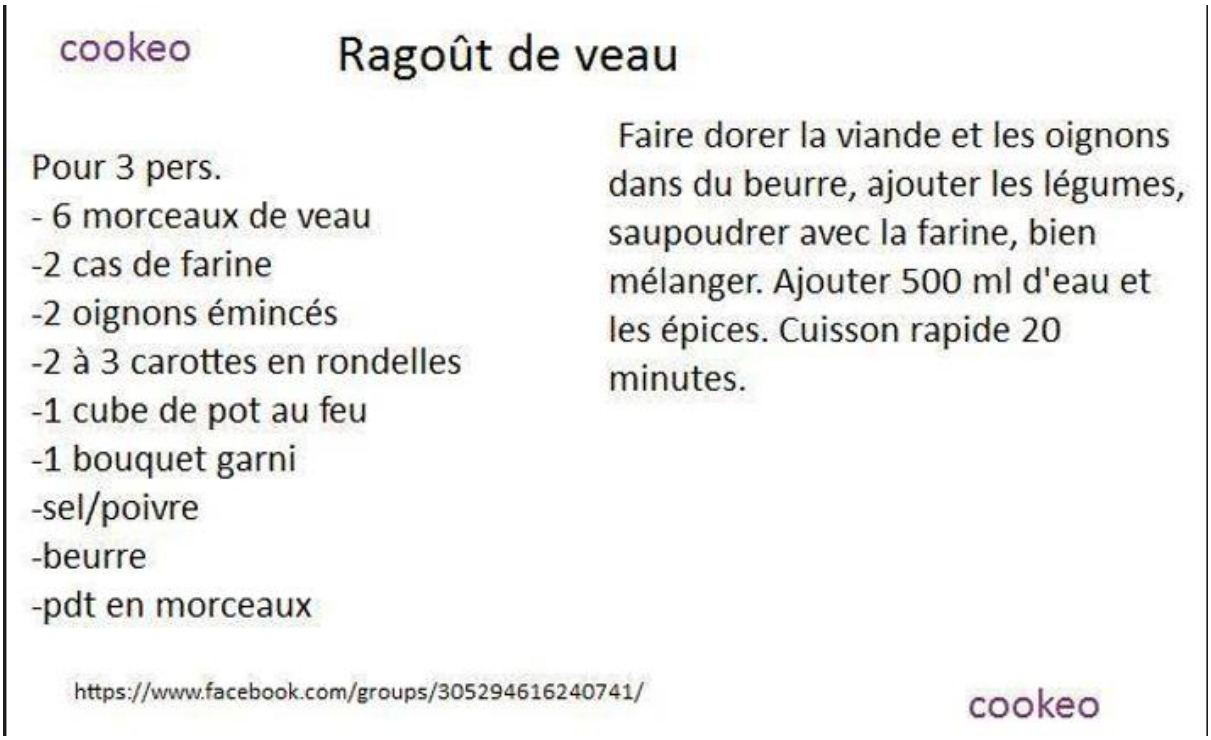
Faire revenir en mode doré pendant le préchauffage lardons et oignons,

rajouter la viande en petits morceaux fariné, la faire revenir un peu, rajouter le vin rouge, remuer, les légumes, les herbes de Provence, le kubor.

Mettre en mode cuisson rapide 10 mn et c prêt !!! Bon appétit

Ragoût de mouton

Ragoût de veau



Ramequin de courgettes

cookeo

Ramequin de courgette

Pour 2 pers.
-1 courgette
- 2 càs d'huile
-3 oeufs
-50 ml de crème fraiche
-1 petit sachet de gruyère rapé
-ail, persil, basilic, sel, poivre, quelques noisettes de beurre.

Mode dorer, faire revenir la courgette coupée dans l'huile.Dans 1 plat, battre les oeufs avec la crème,le gruyère,les herbes,sel, poivre.Quand les morceaux sont dorés,les ajouter à la préparation et mettre dans1 grand ramequin ou 2 petits. Laver la cuve et y mettre 700 ml d'eau.Mettre le ramequin avec noisettes de beurre dans le panier, cuisson 10mins, avec film alim.

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

cookeo

Rata de singe

Moulinex cookeo

Rata de singe

Manue Manue Lhotelier

Ingrédients :

2 boites de corned beef
500g de pommes de terre
1 boite de haricots blancs à la sauce tomate
1 petite boite 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!!!!!

Ratatouille poulet

Ratatouille & poulet

proposée par Cathy Scoth

Ingrédients

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

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

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

Ratatouille express aux dès de jambon

Cookeo
Moulinex

Ratatouille express aux dés de jambon

Ingrédients pour 4 personnes

1 sachet de légumes pour ratatouille congelés
250 g de dés de jambon
2 cuillères à soupe Concentré de tomates
1 cube de bouillon de bœuf
1 verre de vin blanc
200 ml d'eau
Sel
Poivre
1 cuillère à soupe de moutarde
2 cuillères à soupe de concentré de tomates

Ajoutez les ingrédients un à un . Commencez par déposer les légumes pour ratatouille puis les dès de jambon .
Emiettez un cube de bouillon de bœuf et versez le verre de vin blanc. Puis versez 200 ml d'eau .Mélangez l'ensemble.
Salez et poivrez .
Ajoute une cuillère à soupe de moutarde et 2 cuillères à soupe de concentré de tomates .Mélangez à nouveau .
Passez en mode cuisson rapide ou cuisson sous pression et programmez 10 mn .
Ouvrez votre appareil et servez chaud rectifier l'assaisonnement si nécessaire .

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

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

Ratatouille merguez

Ribs de porc

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 cookéo.

3 Cuire 15 minutes.

4Mettre le cookeo en mode cuisson rapide10 minutes.

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

bon appetit!

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

Rougail saucisses Moulinex

ROUGAIL SAUCISSES APPLI MON COOKEO

Ingrédients pour 4 personne(s) :

600 g de saucisses (morteau ou montbéliard) coupées en rondelles
10 g de gingembre haché
2 càs d'huile d'olive
2 oignons épluchés et émincés
400 g de tomates concassées
1 càc de piment de cayenne en poudre
2 branches de thym
1 càc de curcuma
12 cl d'eau

Résumé :

Préparer les ingrédients.
Emincer les oignons.
Verser l'huile dans la cuve.
Faire dorer les oignons quelques instants.
Ajouter les saucisses, le gingembre, les tomates avec le thym, le curcuma, le piment et l'eau.
Cuisson sous pression : 4 min
Servir le rougail saucisse avec du riz.

RISOTTO

risotto porc au curry➳➳➳➳

Cookeo

Risotto porc au curry

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

800 g de sauté de porc
240 g de riz
200 g de champignons de Paris congelés
100 g d'oignons congelés
1 verre de vin blanc
Sel
Poivre
Curry
Huile d'olive
2 cuillères à café de moutarde
1 cube de bouillon de bœuf

Mode dorer

Faites chauffer de l'huile d'olive dans la cuve pour faire dorer les oignons. Puis faites dorer la viande avec les oignons.
Coupez le sauté de porc en morceaux.
Ajoutez les champignons, le verre de vin blanc, le riz. Mélangez.
Versez de l'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté.
Saupoudrez de curry, poivrez.
Ajoutez 2 cuillères à café de moutarde.
Cuissson rapide 12 mn; Servez chaud.

Risotto della Mama

cookeo

Risotto della mama

Maryline Nurchi

Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 300g de riz arborio
- 2 échalottes
- 400g de viande hachée
- 750 ml de bouillon de boeuf
- 1 boite de concentré de tomates
- 1 sachet de parmesan

Faire revenir la viande en mode dorer avec les échalottes hachées.
Ajouter le concentré de tomate et bien remuer puis le riz juqu'à ce qu'il devienne translucide.
Ajouter le bouillon de boeuf, bien mélanger et passser en mode cuisson rapide 15 min.
Ajouter le parmesan, bien mélanger et garder en maintien en chaud

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

cookeo

Risotto Franc Comtois

cookeo

Risotto franc comtois

Catherine Felt

Ingrédients :

Pour 4 personnes :
- 300g de riz à risotto
- 1 saucisse de morteau au chou(ou nature)
- 300g de rôti de porc fumé à cuire
- 1 oignon (ou échalote)
- 750ml de bouillon (750ml d'eau + 1 bouillon de volaille)
- 150ml de vin blanc du jura (côtés du jura pour moi)
- 2-3càs de crème fraîche épaisse
- 200g de beaufort rapé

Couper la saucisse et le rôti en cubes
Émincer l'oignon
Dorer l'oignon , la saucisse et le rôti qq min
Rajouter le riz , mélanger et laisser dorer encore qq min
Déglacer au vin blanc
Rajouter le bouillon
Cuisson rapide 15 min
A la fin de la cuisson, rajouter la crème fraîche et le beaufort, bien remuer et laisser en maintien au chaud pendant 5 min ou plus...

cookeo

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

Risotto Magret fumé

cookeo

Risotto magret fumé, champignon, jambon

Nathalie Ridolphi Akoun

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- ail
- champignon de paris(1 petite boite)
- magret fumé
- jambon
- 400g de riz
- vin blanc
- 300ml d eau
- un cube de bouillon volaille
- une petite brique de pana aux cèpes (c est une espèce de crème fraiche que l on trouve en Italie)
- parmesan

Faire revenir en mode dorer ail, champignon de paris, le magret fumé et le jambon. Ensuite mettre 400g de riz , le faire revenir puis ajouter du vin blanc et l'eau avec le cube de bouillon volaille et la petite brique de pana aux cèpes Mettre en 10 min en cuisson rapide puis ajouter du parmesan

cookeo

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

Risotto poulet courgettes lardons

cookeo

Risotto poulet courgettes lardons

Ingrédients :
Pour 4 personnes

- 500g de poulets
- 150 g de lardons
- 2 courgettes
- 260 g de riz pour risotto
- 1l de bouillon (KUBOR)
- 20 cl de vin blanc
- 50 à 100g de parmesan (selon votre gout)

- En mode doré, faire revenir le poulet coupé en cube avec les lardons
- Ajouter le riz. Lorsque le riz est translucide
- ajouter les courgettes coupées en morceaux, le vin et le bouillon
- Cuire 20 min en cuisson rapide
- Au moment de servir mettre le parmesan

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

cookeo

Risotto Merguez et champignons

Moulinex cookeo

Risotto merguez et champignon

Magali Moreaux

Ingrédients :

6 pers:
300 g de riz risotto ,
8 merguez,
1 grosse boite de champignon,
2 oignons,
1 litre de bouillon.

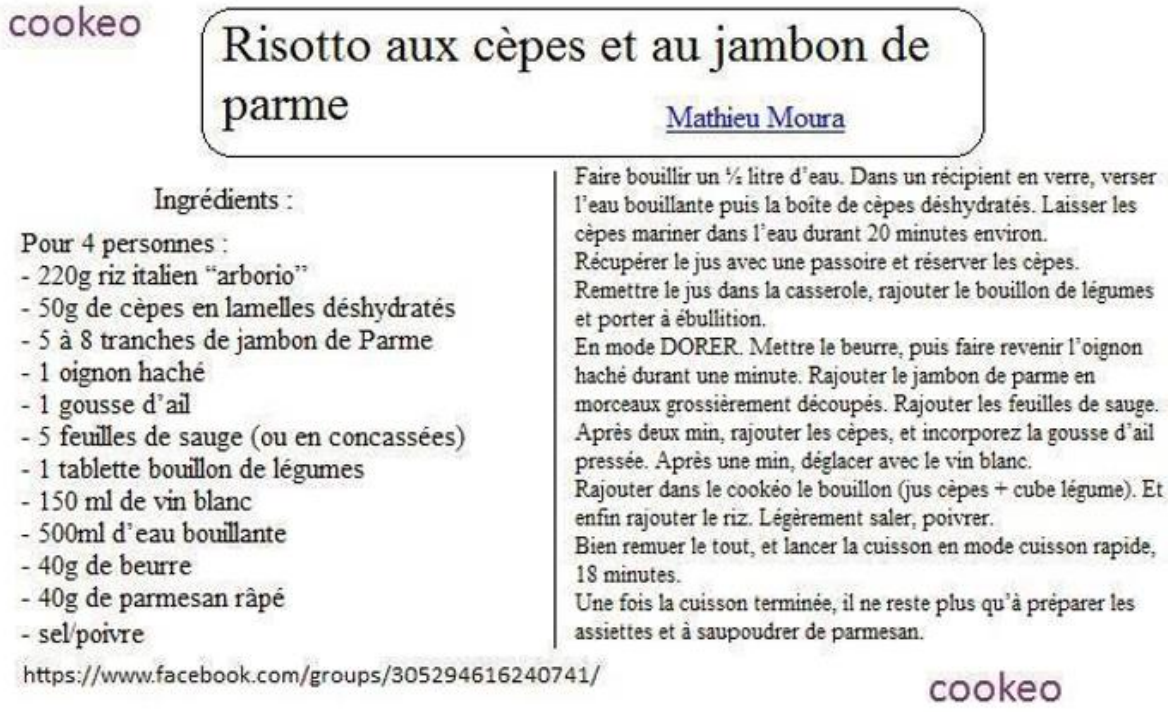
Mettre en mode dorer , faire rissoler les oignons, ajouter les merguez coupé en tronçon, ajouter les champignons le riz et le litre de bouillon. cuisson rapide 15 mn.

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

Risotto chorizo courgettes

Risotto champignons vin blanc

Risotto aux cèpes et jambon



Rissoto chorizo

Risotto aux blettes

cookeo

Risotto aux blettes

Emelyne Baguet

Ingrédients :

- 250g de feuilles de blettes
- 1 oignon
- 1 verre de vin blanc (25cl)
- 180g de riz a risotto
- huile d'oilve
- sel, poivre
- 1 l de bouillon de legumes
- 1 cube faitout
- 2 c à s de crème fraiche

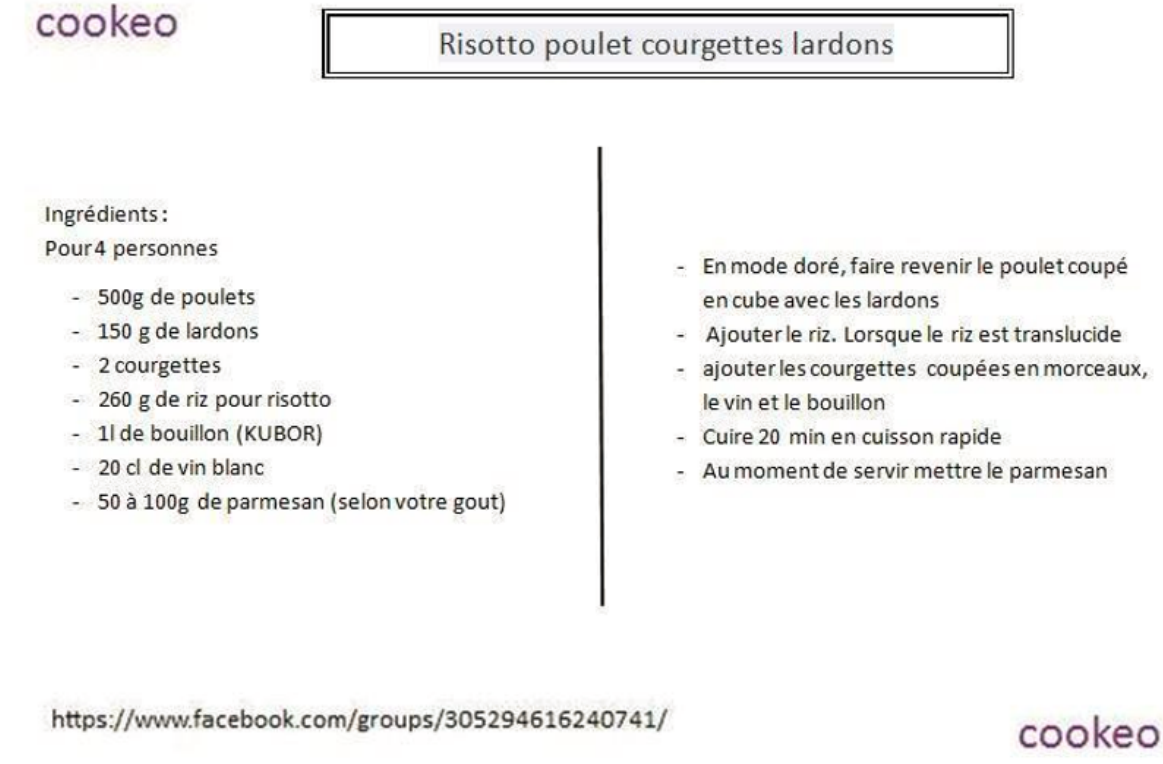
Laver les feuilles de blettes, les rouler, les trancher finement.
Pendant ce temps faire revenir l'oignon dans un peu d'huile en mode DORER.
Quand ils deviennent translucide ajouter le riz jusqu'à ce qu'il deviennes aussi transparent.
Ajouter le vin blanc et melanger jusqu'à absorption.
Ajouter les blettes et un peu de bouillon+ le faitout.
Cuisson rapide 15 min.
Ajouter la crème

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

cookeo

Risotto boudins blancs et champignons

Risotto courgettes lardons



Risotto aux 2 poivrons et poulet

Moulinex cookeo

Risotto au 2 poivrons et poulet

Gaelle le Diascorn

Ingrédients :

pour 4 personnes

1 poivron rouge
1poivron vert
3 oignons
1 brique tomate concasse
400 grs de riz type arborions
500 grs d'aiguillette de poulet
2 cubes pour le bouillon
10 cl de vin blanc
Parmesan et crème liquide

En mode dorer faire revenir les oignons et le poulet
Réserver, faire dorer les poivrons, réserver, mettre le riz et laisser jusqu'à ce qu'il soit transparent
Ajouter tout les ingrédients et mettre de l'eau, cuisson 15 minutes
Pour l'eau j'ai lu que pour 400 grs de riz il fallait 1,5 litres mais c'est trop, je pencherais pour 1L, voir 1L 250
Une fois cuit ajouter la crème liquide et saupoudrer de parmesan, un vrai regal

Risotto gourmand

cookeo

Risotto gourmand

Mary Lou

Ingrédients :

Pour 2 personnes :

- 1 c d'huile d'olive
- 100g de lardons
- 1 verre de riz
- 1 oignon
- 2 verres d'eau
- 1 kub or
- 3 cuillères de cancoillotte

En mode DORER, mettre les lardons avec la cuillère d'huile d'olive pendant 3 min.
Ajouter le verre de riz, toujours en mode DORER pendant 4-5 min de plus.
Ensuite ajouter les autres ingrédients sauf la cancoillotte et mettre en mode cuisson rapide pendant 15 min.
A la fin de cuisson, ajouter 3 cuillères de cancoillotte et laisser quelques minutes en mode maintien au chaud.

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

cookeo

Risotto bacon Boursin

cookeo

risotto
bacon/champignon/boursin

Pour 4 pers.
-250 de de riz arborio
-100g de bacon en allumettes
-1échalottes ciselée/ciboulette
-1boîte de champignon
-15cl de vin blanc, 600ml d'eau
-1 cube de bouillon
-1/2pot de boursin cuisine

Faire dorer le bacon, les échalottes et les champignons.
Mettre le riz, le cube, le vin blanc et l'eau.
Cuisson rapide 15 minutes.
Ensuite, lier avec le boursin.

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

cookeo

Risotto champignons lard fumé

cookeo **Risotto aux champignons et lard fumé**

Magali Moreaux

Ingrédients :

6 pers :
200g de riz risotto,
2 tranches de lard fumé coupés en dés,
500g de champignons ,
70g de parmesan,
1 oignon,
800 ml d'eau ,
2 cube de bouillon de volaille ,
créme fraiche 2 c à soupe,
100 ml de vin blanc ,
persil ,
huile d'olive

mode dorer mettre l'oignon , le lard fumé , les champignons. ajouter le riz , aprés mettre l'eau , le vin ,et les 2 cubes.

mettre en cuisson rapide 15 mn.
aprés la cuisson mettre de la créme fraiche , le parmesan et le persil bien mélanger . bon appétit .

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

Risotto champignons et lard fumé

Risotto aux champignons et lard fumé

cookeo

Magali Moreaux

Ingrédients :

6 pers :
200g de riz risotto,
2 tranches de lard fumé coupés en dés,
500g de champignons ,
70g de parmesan,
1 oignon,
800 ml d'eau ,
2 cube de bouillon de volaille ,
créme fraiche 2 c à soupe,
100 ml de vin blanc ,
persil ,
huile d'olive

mode dorer mettre l'oignon , le lard fumé , les champignons. ajouter le riz , aprés mettre l'eau , le vin ,et les 2 cubes.

mettre en cuisson rapide 15 mn.
aprés la cuisson mettre de la créme fraiche , le parmesan et le persil bien mélanger . bon appétit .

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

Risotto lardons champignons poireaux

cookeo

Risotto lardons champignon poireaux

Lydie Guindeuil

Ingrédients :

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.

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

cookeo

Risotto lardons poivron

Moulinex cookeo

Risotto lardons poivron et petits pois

Criki Cmoi

Ingrédients :

250 g de riz arborio
1 oignon haché
1 poivron rouge (coupé en très petits dés)
1 barquette de lardons fumés
100 g de petits pois sugelés
poivre
huile d'olive
900 ml de bouillon de légumes
parmesan

Faire dorer les légumes et les lardons dans l'huile pendant 6 mns en commençant dès le début du préchauffage Ajouter le riz et dorer 2 mns en remuant sans arrêt

Ajouter le liquide et poivre et cuisson rapide 15 mns Mettre en maintien au chaud et ajouter le parmesan, remuer 2 mns et servir aussitôt

Risotto épinards lardons

cookeo

Risotto épinards, lardons

Vir Qqxnt

Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 300 g de riz pour risotto
- 500 g d'épinards surgelés
- 250 g de lardons
- 0.8 l de fond de veau
- 80 g de parmesan
- 2 carrés de kiri
- 2 gousses d'ail

Dans un fond d'eau, en mode dorer décongeler les épinards.
Retirer les épinards dès que ça commence à decongeler, garder l'eau pour le fond de veau.
Dans la cuve, en mode dorer, remettre les épinards avec l'ail finement haché et les lardons.
Ajouter ensuite le riz et le fond de veau, mettre en cuissin rapide 25 min.
Ensuite ajouter le parmesan et les carrés de kiri.
Mélanger et servir bien chaud

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

cookeo

Risotto poulet poireaux

Moulinex cookeo

Risotto au poulet et poireaux

Julie Lacour

Ingrédients :

Pour 2 personnes :

2 escalopes de poulets
1 ou 2 poireaux
100g de riz (arborio ou pas)
50ml de vin blanc
250ml d'eau
1 cube de bouillon de volaille (dégraissé)

Mode dorer, faire revenir quelques minutes le poulet (coupés en dés plus ou moins gros selon les gouts) et et les poireaux préalablement coupés en petits morceaux.

Rajouter le vin blanc, attendre quelques instants que l'alcool se dissipe. Rajouter le bouillon.
Cuisson rapide 17min avec du riz arborio et 12min avec du riz normal.
Et bon app !

On peut faire la même chose avec des courgettes et rajouter des petits lardons fumés !

Risotto mexicain

Moulinex cookeo

Risotto mexicain

Magali Moreaux

Ingrédients :

Pour 6 pers :
riz risotto 1kg,
merguez 6 ,
lardon 2 barquets nature ,
oignons 2 ,
poivron rouge 1 ,
poivron vert 1 ,
poivron jaune 1 ,
du mélange mexicain ,
coulis de tomate 1 brique ,

Mettre en mode dorer ajouter les oignons , les lardons et le riz qui doit devenir transparent. ajouter les poivrons en lamelle , les merguez en tronçons. ajouter le mélange mexicain 2 cuillières a soupe et le coulis de tomate avec l'eau 750 ml.

Mettre en cuisson rapide 15 mn. bon appétit

Risotto merguez

Moulinex cookeo

Risotto merguez et champignon

Magali Moreaux

Ingrédients :

6 pers:
300 g de riz risotto ,
8 merguez,
1 grosse boite de champignon,
2 oignons,
1 litre de bouillon.

Mettre en mode dorer , faire rissoler les oignons, ajouter les merguez coupé en tronçon, ajouter les champignons le riz et le litre de bouillon. cuisson rapide 15 mn.

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

Risotto petits pois jambon

Moulinex cookeo

Risotto aux petits pois & jambon

Thérèse Polo Cerrato

Ingrédients :

4 personnes.

450 g de riz rond italien.
1l de fond de veau (si riz fin 750ml)
15 cl de vin blanc
250 g de petit pois congelés
1 oignon
3 tranches de jambon.
Parmesan.

En mode Dorer :
Faire revenir 1 oignon dans le cookeo
Ensuite ajouter le riz, le fond de veau, le vin blanc et les petits pois.
Mettre en cuisson rapide 10 min (mode manuel)
Pendant ce temps mixer le jambon.
Lorsque le riz est cuit, ajouter le jambon le parmesan, bien mélanger et servir !
Bon appétit !

Risotto escargots

cookeo

Rissoto d'escargots

Kmi Mli

Ingrédients :

Pour 4 personnes
300g de riz blanc normal
1 boite d'escargots (j'ai pris une boite de 60 non congelés) du parmesan
1 bouillon maggi
ail et fines herbes
30 g de beurre
15 cl de vin blanc
75 cl d'eau
200 cl de crème liquide

En mode manuel Mode "dorer": faire revenir le riz dans le beurre jusqu'à ce qu'il devienne transparent (environ 3/4 min) En mode "cuisson rapide": rajouter l'eau dans le riz et laisser cuire 4 min. Pendant ce temps, dans un poêle à part: Faire revenir, à feux doux, les escargots dans du beurre et y ajouter le bouillon ail et fines herbes (à convenance, rajoutez de l'ail et du persil). Si ça commence à coller dans la poêle, rajouter un tout petit peu de vin blanc. Ensuite dans le cookéo, ajoutez les escargots dans le riz avec le vin blanc, la crème liquide et remettre en cuisson rapide 4 min. Le seul problème que j'ai rencontré c'est le préchauffage aprés avoir réouvert le cookéo pour y mettre les escargots: en préchauffage il rechauffe le contenu de la cuve et risque de mettre un message d'erreur: manque de liquide. Le hic, c'est qu'on ne peut pas enlever la cuve pendant le préchauffage! Mais rien n'était collé, le riz super bien cuit et les escargots aussi!! Un régal... avec le parmesan dans l'assiette

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

Risotto pleurotes et lardons fumés

Moulinex cookeo

Risotto aux pleurotes et lardons fumés

Delphine Castanié

Ingrédients :

- 300 gr riz a risotto
- une barquette d'allumettes de lardons fumés sans gras
- pleurotes et/champignons de Paris
- 1 bouillon cube de légumes
- 400 ml d'eau
- 15 cl de vin blanc sec
- 15 cl de crème liquide
- parmesan
- sel/poivre
- 1 oignon (facultatif)

En mode dorer : faire revenir l'oignon, les lardons et les champignons quelques minutes et rajouter le riz 2/3 min de plus
- déglacer au vin blanc et rajouter l'eau avec le bouillon cube
- y rajouter la crème liquide, sel et poivre

En mode cuisson rapide : mettre a cuire 15 min
Une fois terminé, on rajoute le parmesan et on mélange
C'est prêt!

Risotto de porc moutarde

Moulinex cookeo

Risotto de porc à la moutarde

Magali Moreaux

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

5 côtes de porc ,
1 gros oignon ,
40g de beurre ,
300g de riz ,
10 cl de vin blanc ,
3 c à soupe de moutarde bombées

1 l de bouillon de légumes ,
1 boite de champignon ,
1 c à soupe de créme fraiche ,
sel , poivre.

En mode dorer , faire fondre le beurre et les côtes de porc coupées en morceaux avec l'oignon émincée et les champignons.

Aprés mettre le riz et le vin blanc le riz doit être transparent.
Ajouter la moutarde et remuer.

verser le bouillon de légumes .
cuisson 12 mn.

Risotto boeuf tomate

Risotto poireaux et boulettes de boeuf

Risotto saucisses merguez

Moulinex cookeo

Risotto aux saucisses et merguez

Sabrina Lefevre

Ingrédients :

2 l d'eau
12 merguez
12 saucisses natures ,
600 gr de riz pour risotto ,
3 c a c de fond de roti ,
2 oignons

Faire dorer les oignons , couper les merguez et saucisses de 2 cm de longueur , faites revenir sur le mode dorer !
Rajouter l'eau , les cuillères a cafe de fond de roti , sel poivre et thym et le riz a risotto ! mettre en cuisson rapide 17 mn

Risotto tomates

cookeo

Risotto à la tomate

-300g de riz arborio
-1 oignon/1 boîte de champignons
-1 paquet de lardons
-1 verre de vin blanc
-65cl d'eau et 1 cube de bouillon
-1 boîte de tomacouli
-1 boîte de tomates pelées
-1 tomate
-Huile d'olive et sel

Faire revenir l'oignon dans de l'huile d'olive, ajouter les lardons. Verser le riz et remuer jusqu'à ce qu'il blanchisse. Versez le reste des ingrédients.
Mettre en cuisson rapide pdt 15mins. Une fois le cookeo ouvert, bien remuer et servir!

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

cookeo

Risotto saucisses aux herbes

cookeo

Risotto saucisses aux herbes, lardons, champignons et poivrons

Catherine Pendu

Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 6 chippolatas aux herbes
- 100 g de champignons frais
- 1/2 poivron rouge
- 1/2 poivron vert
- 1/2 oignon
- 200 g de riz
- 1 c à c de bouillon de volaille dans 200 ml d'eau

Dorer les saucisses piquées 5 min sans matières grasses. Réserver.
Dorer les poivrons coupés en dés, les lardons, les champignons et le 1/2 oignon, 2 à 3 min.
Rajouter les saucisses coupées en 3 chacune, le riz, le bouillon de volaille.
Cuisson rapide 6 min

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

cookeo

Risotto au chorizo

Risotto au chorizo

proposée par Doucceline Vamecq

Ingrédients

Pour 2 pers :

250 g de riz arborio

50 g d'oignons surgelés

100 g de chorizo en morceaux

750 g d'eau

1 cube bouillon

1 dl de crème fraîche

Parmesan

piment d'espelette selon les goûts

1 càs d'huile d'olives

persil haché

1. Oignons, huile d'olive et riz dans le cookéo en mode "dorer" jusqu'à ce que le riz devienne translucide.

2. Ajouter le chorizo, l'eau et le cube bouillon, mélanger.

3. Cuisson rapide pour 15 min.

4. Épicer selon les goûts, ajouter crème fraîche et parmesan.

5. Servir et parsemer de persil haché.

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

Risotto au foie gras

Moulinex cookeo

Risotto au foie gras

Corinne Croisille

Ingrédients :

pour 6 personnes :

1 foie gras de 400g environ
3 poireaux
100g de petit pois
50g de beurre
300g riz
1,5l de bouillon de volaille
persil
1 bouquet garni
farine
noix de muscade rapée
huile d'olive
sel et poivre

Coupez le foie gras en cubes, farinez-le, salez et poivrez.

Mettre le cookeo en manuel et dorer.

Mettre l'huile d'olive et faites-y revenir les blancs de poireaux et le foie gras pendant 3 minutes.
Ajoutez le riz.

Dès que le riz est translucide, versez le bouillon puis ajoutez 1 pincée de noix de muscade, le poivre et le bouquet garni.
Rajoutez les petits pois.

Passez en mode cuisson rapide 10 minutes.

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

Risotto lardons et champignons

Moulinex cookeo

Risotto lardons & champignons

Edith Anglade

Ingrédients :

Pour 2 personnes

250 g de riz arborio
1 oignon (frais ou surgelé)
1 petite boîte de champignons
100g de lardons
1 verre de vin blanc
650 ml d'eau + cube légumes

Mode dorage, pendant le préchauffage faire revenir l'oignon puis les lardons et après les champignons

quand le prechauffage se termine mettre le riz pendant 3 min en remuant.

Arrêtez le dorage, verser le bouillon et le vin blanc, mélanger, mettre en mode cuisson rapide 15 min.

Après la cuisson rajouter du parmesan et avec la spatule mélange pendant 2 min
C'est prêt.

RIE ET VIANDES

Riz bolo express

Cookeo

Moulinex

Riz Bolognaise express

Ingrédients pour 4 personnes

400 g de viande hachée
240 g de riz
1 cube de bouillon de bœuf
1 petite boite de tomates pelées
2 cuillères à café de concentré de tomates
Sel
Poivre
400 ml d'eau

Préparation

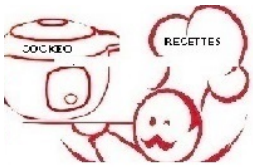
Ajoutez un à un les ingrédients : la viandehachée,le riz , les tomates pelées ;
Salez et poivrez.
Versez 300 ml d'eau .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez le temps indiqué sur le paquet de riz divisé par 2
Quand la cuisson est terminée ajoutez les 2 cuillères à café de concentré de tomates
Servez chaud

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

Riz brocolis mais



Riz brocolis mais

Ingrédients pour 4 personnes

280 g de riz basmati
3 échalotes
150 g de mais en conserve
10 bouquets de brocolis frais ou congelés
2 cuillères à soupe d'huile de tournesol
1 cube de bouillon de boeuf
Curry
Sel
Poivre
400 ml d'eau

Préparation

Coupez les échalotes en morceaux

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve puis quand l'huile est chaude faites revenir les morceaux d'échalote.
Ajoutez le riz .
Versez un bouillon composé de 400 ml d'eau et d'un cube de bouillon de bœuf.
Ajoutez les brocolis et le mais .
Salez et poivrez . Saupoudrez de curry.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez le temps indiqué sur le paquet de riz divisé par 2 .
Quand la cuisson est terminée servez chaud .

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

http://recettescookeo.net

Riz à l'espagnole

cookeo

Riz à l'espagnol

Nini Reimon

Ingrédients :

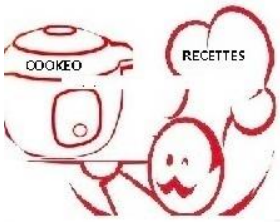
Pour 6 personnes :
- 200 gr de riz,
- 1/2 poivrons de chaque couleur,
- 1 courgettes,
- 1 chorizo,
- 1 cube de bouillon de poule dégraissé,
- sel poivre
- 2 oignons,
- du rizdor (epices paella) ,
- 300ml d'eau

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 legumes (5mn) en mode dorer.
Ajouter le riz, l'eau et le cube emietté avec les épices et le chorizo, cuire 9mn en cuisson directe

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

cookeo

Riz champêtre chorizo



Riz champêtre chorizo

Ingrédients pour 4 personnes

240 g de riz
12 mini chorizo (25 g par personnes)
400 g de poêlée champêtre surgelée
2 cuillères à café de concentré de tomates
100 ml de vin blanc
Curry
1 cube de bouillon de bœuf
Sel
Poivre

Préparation

Mode dorer

Faites revenir les mini chorizos ou le chorizo quand le préchauffage de l'appareil est terminé. (Pendant une minute)
Ajoutez ensuite le mélange de légumes champêtres. (Faites dorer 2mn)
Ajoutez le riz.
Saupoudrez de curry. Salez et poivrez

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez le temps indiqué sur le paquet de riz divisé par 2. Pour mon riz 10 mn divisé par 2 soit 5 mn.

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

Riz chorizo poivrons

cookeo

Riz au chorizo et aux poivrons

Perrine Romain Dubois

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 200 g de riz
- 1 poivron rouge, 1 poivron jaune
- la moitié d'un chorizo doux
- 1 oignon rouge (ou oignon surgelé)
- 300 ml d'eau avec 1 bouillon de volaille dilué
- 1 cuillere à café de paprika.
- 1 cuillere a café de cumin sel, poivre

Laver , épépîner et couper les poivrons Couper chorizo en fines lamelles

Tout mettre dans la cuve et bien mélanger

En mode "manuel->cuisson rapide->10 minutes

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

cookeo

Riz curry bacon

cookeo

Riz au curry bacon et saucisses aux épices d'Espagne

Erwann Marine
Petit Aigle

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 3 saucisses aux épices d'Espagne couper en morceaux
- 8 tranches de bacon couper en morceaux
- 200gr de riz basmati
- 300gr d'eau avec un cube de bouillon de volaille.
- 2 cuillères à café de paprika
- 1 cuillère à café d'huile.

En mode dorer... faire revenir le riz avec l'huile et ajouter le paprika. Remuer jusqu'à coloration du riz. Arrêter le mode dorer.

Ajouter le reste des ingrédients. Mettre en mode cuisson rapide pendant 10 min.

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

cookeo

Riz à la bolognaise➽➽➽

Cookeo

Riz à la bolognaise

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

300 g de riz
1 cube de bouillon de boeuf
400 g de viande hachée
100 g d'oignons congelés
2 cuillères à soupe de concentré de tomates
Huile d'olive
100 g de carottes congelées
100 g de champignons de Paris congelés

mode dorer

Versez de l'huile dans la cuve ,quand l'huile est chaude faites dorer les oignons .
Ajoutez la viande hachée, puis les carottes et les champignons .Versez le riz,de l'eau avec le bouillon de boeuf émietté

Mode cuisson rapide

programmer le temps indiqué sur le paquet de riz divisé par 2 (15 mn en général)
Ouvrez le cookeo et ajoutez 2 cuillères à soupe de concentré de tomates. Servez chaud.

Riz au chipolatas

Riz aux lardons et knackie

Riz côtes de porc et carottes

cookeo

Riz cotes de porcs et carottes

Pascale Robert

Ingrédients :

Pour 2 personnes :
- 2 cotes de porc dans l echine 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.

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

cookeo

Riz cantonais 2

Moulinex cookeo

Riz cantonais

Isabelle Rives

Ingrédients :

Pour 4 personnes
300g de riz
4 oeufs
4 tranches de jambon blanc ou blanc de poulet
1 brique de lait de coco

Faire cuire le riz au cookeo (mode ingredient riz); une fois cuit, faire cuire les oeufs brouillés à la poèle, couper le jambon en dés; quand le riz est cuit ajouter le jambon, les oeufs et le lait de coco et réchauffer quelques minutes c'est prêt !!!

Riz au knackis

Moulinex cookeo

Riz aux knackis

Audrey Aleera Loiseau

Ingrédients :

2 oignons
1 carotte
1 tomate
300g de riz
6 knackis
250ml de vin blanc
250ml de fond de volaille
Sel
Origan
Steackhouse

Eplucher et couper l'oignon. Eplucher la carotte et la couper en rondelle, couper la tomate en petits cubes.
Couper les knackis en 4.
Mettre le mode recette, poulet au riz, et mettre tout les ingrédients et démarrer la cuisson.
Laisser faire le cookéo et maintenir au chaud pendant 10 min si le riz n'est pas assez cuit.

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

Riz aux boulettes

Moulinex cookeo

Riz aux boulettes

Mimi Cuisine

Ingrédients :

Pour 3 Personnes

15 boulettes de boeufs surgelées
225g de riz
150g de carottes rondelles surgelées
200g de coulis de tomate
saveur herbe de provence ou nature
1/2 oignons
750ML d'eau
1 cube légumes
Sel/Poivre
1 CAS d'herbe de provence

Préparation :

En mode doré, mettre de suite l'oignon, boulettes, carottes.
Arreter de dorer avant la fin du préchauffage .
Rajouter le riz, l'eau, le cube, mélanger.
10 Min en mode cuisson rapide.
Passer en mode maintient au chaud, rajouter le coulis, sel/poivre à votre goût et les herbes de provence.

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

Riz indien au poulet

ROGNONS

Rognons au vin rouge

Cookeo

Rognons au vin rouge

Jean -Philippe Rousseau

Moulinex

600 g de rognons de bœuf en cube
200 g d'oignons congelés
400 g de champignons de Paris congelés
1 petite boîte de tomates en dés
1 cuillère à soupe de moutarde
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
2 cuillères à soupe de crème fraîche
2 cuillères à café de concentré de tomates
1 verre de vin rouge
Sel
Poivre

Fonction « dorer ».Versez 2 cuillères à soupe d'huile d'olive.
Faites dorer les oignons puis les rognons
Préparer un bouillon avec le cube de bouillon de bœuf et 500 ml d'eau. Ajoutons ensuite une cuillère à soupe de moutarde. L e bouillon peut être versé dans le Cookeo ainsi que le verre de vin rouge, le sel, le poivre la petite boite de tomates en dés.
Ajoutez ensuite les champignons puis sélectionner la fonction « cuisson rapide » et » départ immédiat »et choisissez 15 mn. Fermez le couvercle et c'est parti pour la cuisson.
Ajoutez les 2 cuillères à café de concentré de tomates ainsi que les 2 cuillères à soupe de crème fraîche.

Rognons à la tomate➳➳➳

Cookeo

Rognons à la tomate

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

400 g de rognons de bœuf découpés
200 g de carottes congelées
400 g de champignons de Paris congelés
1 pincée de piment
100 gr d'oignons congelés
4 cuillères à café de concentré de tomates
1 verre de vin rouge
1 cube de bouillon de bœuf
Sel
Poivre

Préparez un bouillon avec 200 ml d'eau ,1 verre de vin rouge, du sel, du poivre ,1 pincée de piment ,1 cube de bouillon de bœuf .Mélangez le tout.
Allumez votre appareil cookeo celui-ci affiche les ingrédients. Vous ajoutez tous les ingrédients de votre recette, les oignons, les champignons de Paris, les rognons de bœuf, les carottes. Versez ensuite le bouillon dans la cuve du cookeo.
Passez en fonction **« manuel »** faites OK et sélectionnez cuisson rapide puis vous validez et choisissez votre temps de cuisson ici 10 mn. Puis faites « **départ immédiat »** cliquez OK .Fermez le couvercle et le tour est joué.
La cuisson est terminée il faut éteindre votre cookeo puis vous ajoutez les 4 cuillères à soupe de concentré de tomates. Servez chaud.

Rognons de porc paysanne

Rognons de boeuf

cookeo

Rognons de bœuf

Jessica Portier

Ingrédients

Pour 3 personnes :

- rognons 30 minutes
- eau vinaigrée
- oignons
- beurre
- 33cl de vin rouge
- deux grosses cuillère de farine
- Patate,
- carottes,
- bouquet garnis

J'ai fait tremper mes rognons 30 minutes dans de l'eau vinaigrée pour la digestion (déjà découpé)
Ensuite en mode Manuel DORER faire revenir un oignons (ou plusieurs selon vos goûts)
Avec du beurre
Ensuite rajouter les rognons (rincé et égoutter)
Dans un bol mélanger 33cl de vin rouge avec deux grosse cuillère de farine
Le rajouter dans la cuve et bien mélangé
Ajouter tous le reste
Patate,carottes,bouquet garnis...
En mode cuisson rapide 15minutes

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

cookeo

Rognons boeuf champignons

Rognons de boeuf aux champignons

proposée par Léonie Deville

Ingrédients

pour 3 personnes:

7 pommes de terre moyennes

400g de rognons de boeuf

200g de champignons frais ou en boite

1 oignon

200ml de crème fraîche

100ml de fond de veau

100ml de vin rouge ou porto

8cc de maizena sauceline sauces brunes

Laisser tremper les rognons dans de l'eau froide avec du sel 30 min. Durant ce temps là faire cuire les pommes de terre 28 min dans le cookéo en cuisson rapide ou menu ingrédients. Personnellement je pelle les pommes de terre avant la cuisson car plus simple. Préparer les champignons à couper en lamelles. Puis l'oignon. Après 30 min éponger les rognons et saler poivrer selon le goût. Sortir le panier vapeur du cookeo une fois les pomme de terre cuites les mettre de côté recouvertes de papier alluminium. Mettre le cookéo en fonction dorer et mettre les rognons, l'oignon et les champignons à dorer durant le temps du préchauffage avec de l'huile d'olive. Une fois le préchauffage terminé mettre la crème fraîche, le fond de veau et le vin ou le porto. Mélanger le tout puis passer en cuisson rapide sur 15 min. La cuisson terminée rajouter les 8 cc de maizena sauceline pour épaissir la sauce (après c'est selon le goût de chacun) puis couper les pommes de terres en dés et les incorporer aux rognons. Remettre en réchauffage quelques minutes (5 min max) puis ouvrir c'est prêt à servir.

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

Rognons de porc

Rognons de porc

proposée par Céline Baumann

Ingrédients

Pour 6 personnes :

1kg de rognons de porc

2 oignons

200g de lardons

2 c a soupe de farine ou fécule de pomme de terre

1/3 de litre de vin rouge vin fort genre Bordeaux

10g de beurre

sel fin/poivre

1 feuille de laurier/1 pincée de persil

option : 1 boite de champignon

1 carotte en rondelle

Dans un saladier :mettre les rognons , remplir d eau vinaigrée, couvrir et faire tremper 30 min Passer ce temps , bien égoutter les rognons , les découper en gros dés et retirer les nervures , et surtout bien rincer !

Dans le cookéo , mode dorer , faire doré les rognons et jeter le jus.

Passer ensuite les rognons et les rincer a l eau courante puis épongez les. Repasser en mode Dorer

Faire fondre le beurre, dorer les oignons émincés les lardons et champignons. Une fois que tout est doré , ajouter les rognons , le vin , sel, poivre, feuille de laurier et persil.

Lancer cuisson rapide 5 min

Une fois la cuisson finie , ajouter la farine (ou fécule de pomme de terre) remuer et remettre 5 min en cuisson rapide.

Servi avec des frites c est extra !

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

Rognons au vin rouge

Cookeo

Rognons au vin rouge

Jean -Philippe Rousseau

Moulinex

600 g de rognons de bœuf en cube
200 g d'oignons congelés
400 g de champignons de Paris congelés
1 petite boîte de tomates en dés
1 cuillère à soupe de moutarde
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
2 cuillères à soupe de crème fraîche
2 cuillères à café de concentré de tomates
1 verre de vin rouge
Sel
Poivre

Fonction « dorer ».Versez 2 cuillères à soupe d'huile d'olive.

Faites dorer les oignons puis les rognons

Préparer un bouillon avec le cube de bouillon de bœuf et 500 ml d'eau. Ajoutons ensuite une cuillère à soupe de moutarde. L e bouillon peut être versé dans le Cookeo ainsi que le verre de vin rouge, le sel, le poivre la petite boite de tomates en dés.

Ajoutez ensuite les champignons puis sélectionner la fonction « cuisson rapide » et » départ immédiat »et choisissez 15 mn. Fermez le couvercle et c'est parti pour la cuisson.

Ajoutez les 2 cuillères à café de concentré de tomates ainsi que les 2 cuillères à soupe de crème fraîche.

Rognons de veau au porto et à la moutarde

Moulinex cookeo

Rognon de veau
au porto et à la moutarde

Nathalie Husson

Ingrédients :

4 pers:

500g de rognon de veau,
1 oignon,
30cl de porto blanc,
sel, poivre, persil,
1cuil a café de fond de veau,
2 cuil a soupe de moutarde forte
de l'ail en poudre,
1 bonne cuil a soupe de farine ou
maïzena,
3 cuil a soupe de crème fraîche

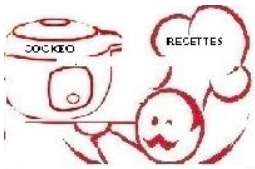
En mode dorer faire dorer l'oignon ajouter les rognons et laisser dorer quelques minutes

salez poivrez saupoudrer de farine et remuez mettre le porto moutarde ail persil et le fond de veau ajoutez la crème fraîche

mettre en mode cuisson rapide 5 mn et dégustez

ROTIS

Roti de porc froid



Rôti porc froid préparation cookeo

Ingrédients 4 à 6 personnes
1 rôti de 800 g
1 cube de bouillon de bœuf
Herbes de Provence
100 ml de vin blanc
100 ml d'eau
Sel
Poivre

Préparation
Déposez dans la cuve le rôti de porc
Versez le bouillon composé de 100 ml de vin blanc,200 ml d'eau et d'un cube de bouillon de bœuf émietté.

Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 40 mn
Laissez refroidir à l'air libre pendant une heure .
Enveloppez le rôti dans du papier d'aluminium et placez le au frigo pendant au moins 6 h.
Servez froid .

https://www.facebook.com/cookeorecettes/ http://recettescookeo.net,

Roti à ma façon

cookeo

Rôti à ma façon

Cathy Vadelorge

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- oignon, ail
- champignons frais ou en boîtes
- 1 rôti de porc
- des carottes
- un maroille
- du vin blanc
- du fond de veau .
- 100ml d'eau .
- crème fraîche

En mode manuel, faites dorer votre oignon, l'ail et les champignons.
Ensuite ajouter votre rôti de porc puis des carottes coupées en rondelle.
Ajouter le maroille coupé en morceaux et le rajouter à vos ingrédients.
Ajouter du vin blanc puis du fond de veau .
Ajouter 100ml d'eau .
Passer en cuisson rapide 30mn.
À la fin ajouter de la crème fraîche et maintenez un peu au chaud pour que la sauce réduise.

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

Roti de boeuf moutarde ➳➳➳

Cookeo

Roti de boeuf moutarde

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes
1 rôti de bœuf 800 g
250 ml de vin blanc
2 cuillères à soupe de moutarde
Sel
Poivre
Huile d'olive
200 g d'oignons congelés

Allumez votre appareil . Sélectionnez "recette "puis" plat "puis "rôti de bœuf". Précisez le nombre de personnes.
Versez de l'huile pendant le préchauffage de la cuve.
Faites suer les oignons .Puis faites revenir le rôti de bœuf avec les oignons.
Sortez de la la fonction "dorer" puis .Commencez par versez le vin blanc, puis déposez les 2 cuillères à soupe de moutarde, puis salez et poivrez. **Fermez cookeo pour démarrer la cuisson .**

Rôti de filet de dinde à la crème

Moulinex cookeo

Rôti de filet de dinde à la crême

Lydie Lucas

Ingrédients :

Pour 4 pers
1 roti filet de dinde 800g,
2 gousses d'ail coupées en deux,
4 grosses échalottes coupées en 4,
sel, poivre,
150 ml d'eau avec 1càc de fond de veau
2 bonnes cuillerées à soupe de crême fraîche allégée 15% épaisse.

J'ai piqué deux gousses d'ail dans mon roti puis en mode manuel j'ai fait dorer le roti sur toutes ses faces avec de la margarine+sel et poivre ensuite j'ai ajouté mes quatres grosses échalotes coupées en 4 et les ai laisser prendre de la couleur, puis j'ai ajouté 150ml d'eau additionné d'1càc de fond de veau et je passe en cuisson rapide 20mn.

Après ouverture du cookéo prélevez dans une petite casserole 2 petites louches de sauce avec surtout les échalottes, ajoutez 2 bonnes cuillérées de crême fraiche épaisse allégée à 15% et faîtes chauffer. Trancher le roti, servir avec des frites et napper avec la bonne sauce . Hum !!

Rôti de canard

Moulinex cookeo

Rôti de canard

Céline Lucas Ménard

Ingrédients :

Pour 4 personnes,
un roti de canard de 600 gr,
4 belles pommes de terre
et une brique de sauce aux poivres.

J'ai mis mon cookéo en mode manuel cuisson rapide. Le roti et les pommes de terre en cubes dans le panier vapeur avec 200ml cuisson 20 min. Une fois que ca a été cuit j'ai mis le roti et les patates dans la cuve avec ma brique de sauce et j'ai mis en fonction maintien au chaud pendant environ 10 min

Rôti de dinde à la tomate et basilic

Moulinex cookeo

Rôti de dinde à la tomate et basilic

Céline Lucas Ménard

Ingrédients :

Pour 4 personnes

1 rôti de dinde de 600 gr,
1 oignon,
une boite de tomate pelée,
une boite de concentre de tomate,
du basilic lyophilise,
une cuillere de fond de volaille dans 100ml d'eau,
huile d'olive et beurre,
sel, poivre

Je mets le cookeo en fonction dorer. Je fais revenir mon oignon dans le beurre et l'huile, je fais dorer mon rôti. Je sale et je poivre.

Je mets le reste des ingrédients et je passe en cuisson rapide 20min. J'ai servi accompagné de pâte.

Rôti de dindonneau à la mandarine

Moulinex cookeo

Roti de dindonneau aux mandarines

Mu-Choubidou Vanden Burre

Ingrédients :

pour 4 personnes:
1rôti de dindonneau 600 gr,
échalotes,
mandarines au sirop en boîte,
200ml d eau avec 1 cc de fond de volaille,
fecule de pdt.

En mode dorer :
Mettre les échalotes et le rôti à dorer sur toutes les faces. Quand c est ok, ajouter l eau avec le fond, les mandarines avec le jus, et la fécule pour lier la sauce.

Cuire pendant 20 minutes cuisson rapide .
Bon appétit!

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

Rôti de porc au cidre

Cookeo Moulinex

Rôti de porc au cidre weight watchers 4 PP

Ingrédients pour 6 personnes

1 rôti de porc dans le filet (480 gr)

2 échalotes

6 petites pommes

1 petite boite de champignons de Paris émincés

3 cc de margarine végétale à 60 %

33 cl de cidre brut

1 bouquet garni

1 cc de fond de veau

3 CS de crème à 5%

Sel poivre

Mode dorer

Faire dorer le rôti dans le cookeo avec la margarine et ajouter les échalotes .Puis mettre tous les ingrédients

Cuisson sous pression ou cuisson rapide 18 minutes

https://www.facebook.com/cookeorecettes

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

Rôti de porc au curry

Moulinex cookeo

Rôti de porc au curry

Criki Cmoi

Ingrédients :

Pour 6 personnes
1 rôti d'un kilo,
2 oignons,
2 pommes de terre,
1 petite boite ce concentré de tomates,
1 cac de curry,
1 cube de bouquet garni,
1 cas de farine,
sel, poivre,
300 ml d'eau.

Faire dorer le rôti en mode dorer avec un peu de beurre, ajouter les oignons en rondelles, le sel, le poivre et la farine. Mélanger, ajouter le curry, le bouquet garni, les pommes de terre coupées en 4, la tomate et l'eau. Cuisson rapide 30 mns.

Retirer la viande, verser la sauce dans un saladier et la mixer, découper la viande et servir avec des légumes. Pour les gourmands, on peut ajouter un peu de crème fraiche épaisse à la sauce.

Rôti de porc barbecue et pommes de terre

Rôti de porc pommes de terre

Roti de porc moutarde

Rôti de porc à la moutarde

proposée par Sandra Descloitres Tabari

Ingrédients

rôti de porc (1 kg)
1 oignon,
200 ml de vin blanc
100 ml d'eau
de la moutarde (selon les goûts)
des lardons
des champignons
6 pommes de terre (grosses)
crème fraiche

j'ai mis en ingrédient, rôti etc, fais dorer, puis rajouté l'oignon et fais dorer, les lardons fais dorer, mis le vin blanc, l'eau, la moutarde, sel, poivre, fermer et il me conseillait 40 mn de cuisson. J'ai donc enlevé 10 mn pour pouvoir rajouter les patates à la fin. Quand le roti à sonné, j'ai ajouté les champignons (que j'avais oublié) et les patates. Puis ingrédients, pomme de terre etc il me conseillé 14 mn j'ai mis 12 et je surveille :-) on rajoute la crème fraiche à la fin. et si on veux une sauce plus épaisse, on la lie avec de la maïzena. Bon mes patates on l'air bien fondantes (peut être un peu trop), mais ça sent bon !!

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

Rôti de porc au 3 moutardes

Moulinex cookeo

Rôti de porc aux 3 moutardes

Anne Catherine Lelong Thibaut

Ingrédients :

2 personnes :
1 rôti de porc de 750g
2 oignons
3 gousses d'ail
1càS de moutarde forte
1 càS de moutarde aux cêpes
1 càS de moutarde à l'ancienne
250g de champignons de paris
150 ml de vin blanc dans lequel j'ai mélangé 1càS de fond de veau
2càS de crème fraiche

En mode dorer faire revenir le rôti sur toutes ses faces

Ajouter les oignons émincés dorer encore 2 min

Ajouter tous les ingrédients et cuire en cuisson rapide 24 min.

Une fois cuit, pdt que votre mari découpe la viande ajouter un peu de crème à la sauce
Reste plus qu'à se régaler!

Rôti de porc Orloff

RÔTI DE PORC ORLOFF

proposée par Jessica Dinoird

Ingrédients

1 roti de porc
des pomme de terre
des champignons.
2 oignons emincés
1 verre de vin blanc
400 ml de bouillon

Mettre le rôti a dorer dans coockeo. Ajouter 1 ou 2 oignons émincés. Laisser dorer 5 min. Ajouter ensuite pomme de terre en morceaux, les champignons (moi j'ai mis une petite boite), un peu de vin blanc, et environ 400 ml de bouillon. Programmer coockéo en cuisson rapide pour 30 min.

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

Rôti de porc porto

cookeo

Rôti de porc au porto et à l'orange

Ingrédients :
Pour 4 personnes :

- 1 rôti de porc de 1kg
- 1 verre à moutarde de porto
- 1 verre à moutarde de jus d'orange
- 1 grosse boite d'oreillon de pêches
- sel/poivre

- Dorer le rôti sur toutes ses faces saler et poivrer
- Une fois bien dorée ajouter le jus d'orange
- - le porto et le jus des oreillons de pêches.
- Fermer le Cooke et mettre en mode cuisson rapide 40 mn.
- Quand il est cuit sortez le rôti du Cookeo,
- le couper en tranches et réserver.
- Epaissir la sauce
- Remettre la rôti dans la sauce et mettre les oreillons de pêches sur le rôti.

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

cookeo

Rôti de porc aux pruneaux

Rôti de porc aux pruneaux

proposée par Gala Lucillo

Ingrédients

*Un rôti de porc de 500 g environ
*75 g de pruneaux (à la convenance de chacun)
*100 g d'oignons (surgelés)
*4 petites pommes de terre (ou des grosses coupées) et 1 boite de haricots (à la convenance de chacun), je pense que ça marche aussi avec des haricots frais
*1 petite boite de champignons
*25 cl d'eau
*2 cubes de kub'or
*25 cl de crème fraiche
*Huile d'olive
un verre de vin blanc

Sous la recette "roti de bœuf à la moutarde" faire dorer les oignons, les champignons et le rôti
Pendant ce temps dans une petite casserole faites fondre les deux cubes dans 25cl d'eau
Au bout des 8 minutes de dorage, ajouter le reste des ingrédients: l
Les pruneaux, le mélange eau/kubor, le vin blanc, la crème fraiche les pommes de terre et les haricots lancer la cuisson.

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

Rôti de porc à la bière et au miel

Moulinex cookeo

Rôti de porc à la bière et au miel

Florence Cottenceau

Ingrédients :
pour 4 personnes

1 rôti d'environ 600g,
une bière brune,
une cuillère à soupe de miel,
une marmite bouillon
bouquet garni
et un oignon.

Badigeonner le rôti de miel.
En mode ingrédients rôti de porc, faire dorer l'oignon puis la viande.
Ajouter 20cl de bière ainsi que la marmite de bouillon saler et poivrer et lancer la cuisson.
Bonne appétit!

Rôti de porc à la moutarde➳➳➳

Cookeo

Rôti de porc à la moutarde

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

1 rôti de porc
200 g de carottes congelées
200 g de champignons de Paris congelés
200 g d'oignons congelés
1 cuillère à soupe de moutarde
1 cuillère à café de miel
Sel
Poivre
Une petite boîte de tomates de tomates pelées
500 ml d'eau 1 bouillon de cube de bœuf
2 cuillères à soupe d'huile d'olive

Fonction Dorer

Ajoutez alors les oignons avec de l'huile d'olive et vous les faites dorer
Ajoutez le rôti puis faites le revenir 1 mn sur chaque face
Ajoutez le reste des ingrédients : carottes, champignons de Paris, tomates pelées.
Préparez un bouillon avec 500 ml d'eau ,1 cube de bouillon de bœuf, 1 cuillère à soupe de moutarde et 1 cuillère à café de miel. Vous pouvez si vous le souhaitez saler et poivrer. Versez le bouillon préparé dans la cuve

Cuisson rapide. 45 mn

Rôti de porc au cidre➳➳➳

Cookeo

Roti de porc au cidre

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

1 rôti de porc
400 g de Champignons de paris
200 g d'oignons congelés
4 cuillères à soupe de crème fraiche à 15 %
1 bouteille de cidre (75 cl)
Huile d'olive
Sel
Mélange 5 baies

fonction dorer » .

Versez de l'huile d'olive.
L'appareil vous demande de mettre les ingrédients . Commencez par les oignons ,puis les champignons ,puis le rôti. Ajoutez ensuite les cuillères de crème fraiche,le cidre. Salez et poivrez (mélange 5 baies) selon votre convenance.Laissez dorer pendant 5mn puis quittez la fonction dorer pour choisir la fonction

Cuisson rapide. Indiquez 45 mn de cuisson puis fermez le couvercle de votre cookeo .
La cuissson est lancée .Il ne vous reste plus qu'à servir avec un légume de votre choix.

Roti de porc au Porto et orange

Roti de porc aux mirabelles

Rôti de porc moutarde miel

cookeo

Roti de Porc à la moutarde et au miel

Sylvie Vuillemard

Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 1 Roti de porc
- du miel
- 1 oignon
- 1 c à s de moutarde
- 1 boite de champignons de paris
- 100 ml d'eau + 1 c à s de fond de veau
- 50 ml de vin blanc
- sel
- crème fraiche

Mettre le cookeo en mode dorer
Faire dorer le roti et l'oignon
Ajouter les autres ingrédients (sauf la crème fraiche)
bien remuer
Passer en cuisson rapide 30 min
Quand c'est prêt ajouter la crème pour lier la sauce

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

cookeo

Rôti de dinde 4 épices

Rôti de dinde aux 4 epices

proposée par Barbara Lnn

Ingrédients

1 roti de dinde (600gr)
1 oignon rouge émincé
4 gousses d'ail émincé (dont 2 piqué le dans le roti)
100ml de fond de veau
1 cas de curry /1 cas de paprika
1 cas de cumin /1 cas de coriandre haché
1 piment
1 brique de creme fraiche semi-epaisse (200ml)
5 rondelles d'ananas séchée coupé en morceaux
Coquillettes

En mode manuel faite dorer oignon, ail et ananas 2 min puis ajouter le roti piqué de 2 gousses d'ail dorer 10 min, passer en cuisson rapide ajouter de reste des ingredients, recouvrir d'eau jusqu'a mi roti, sel, poivre et lancer la cuisson 12min, remuer puis deguster.

Bon appetit

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

Rôti de sanglier à l'hypocras

Rôti de sanglier à l'hypocras

proposée par cuisinesab

Ingrédients

pour 4 personnes :
1 rôti de sanglier de 400g environ
200ml de jus de veau
1 oignon
100 ml d'hypocras
sel poivre
épices à colombo
1 cuillère à soupe de fécule de maïs
sauceline

Mettre le cookéo en mode manuel >dorer
faire revenir la viande (cookéo ouvert) et l'oignon
saler et poivrer mettre l'épice
ajouter l'hypocras ***et cuire (toujours ouvert) 2 mn ajouter le fond de veau fermer le cookéo et faire cuire en cuisson rapide 20 minutes à la fin ouvrir le cookéo ajouter le fécule de maïs pour finir la sauce assaisonner si besoin.

***Cuisinesab : j'achete l'hypocras tout prêt et celui au vin blanc l'avantage c'est qu'il se conserve un an au frigo mais j'en ai déjà fait et voici la recette Ingrédients :
- 1 bouteille de vin rouge (au choix) ou blanc- 100 g de miel- 30 g de cannelle en bâtons- 60 g de gingembre frais- 10 clous de girofle- 10 gousses de cardamome
Verser le vin et le miel dans un récipient.Broyer les épices et les mettre dans une toile que l'on noueMettre la toile contenant les épices dans le breuvage et recouvrir.
Laisser macérer au moins pendant 4 heures.
Retirer la toile contenant les épices (filtrer avant consommation).

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

Rôti de veau aux champignons

cookeo

Rôti de veau aux champignons

Gambiez Nathalie

Ingrédients :

Pour 6 personnes :
- 1 rôti de veau de 1 à 1,2 kg
- 40 g de beurre
- 1 oignon
- sel et poivre
- 6 cuillères à café de fond de veau
- 1 verre de vin blanc (20 cl environ)
- 1 cuillère à soupe d'herbes de Provence
- 1 cuillère à soupe de basilic
- 1 grosse boîte de champignons de Paris

Faire fondre le beurre dans le cookeo , y faire dorer le rôti de toutes parts, puis ajouter l'oignon émincé, le sel et le poivre.

Délayer dans un bol le fond de veau, les herbes, le basilic, le vin blanc et 1 verre d'eau. Verser ce mélange dans le cookeo ainsi que les champignons égouttés et remuer.

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

cookeo

Rôti de veau au vin rouge➳➳➳

Cookeo

Rôti de veau au vin rouge

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes
600 gr de rôti de veau
300 g de champignons de Paris congelés
300 g de rondelles de carottes congelés
Persil congelé
Sel
Poivre
1 verre de vin rouge
1 cube de bouillon de bœuf
100 g d'échalotes congelés
2 cuillères à soupe de concentré de tomates

Allumez votre cookeo et ajoutez un à un les ingrédients en commençant par les échalotes, le rôti de veau, les carottes, les champignons, le persil. Le concentré de tomate sera ajouté en fin de cuisson.
Couvrez les ingrédients avec de l'eau (500ml) et le verre de vin rouge et plongez un cube de bouillon de bœuf.
Cuisson rapide 20 mn

Ajoutez les 2 cuillères à soupe de concentré de tomates en fin de cuisson . Servez chaud.

Roti de veau farci

Moulinex cookeo

Rôti de veau farcis et ses légumes

Sabrina Lefevre

Ingrédients :

Pour 5 a 6 personnes

une dizaine de carotte ,
2 oignons ,
1 roti de veau farci aux olives ou autre ,
500 gr de champignons frais ,
un fond de vin blanc ,
2 a 3 petite patate nouvelle par personne ,
sel , poivre,
thym ,laurier
5 c a cafe de fond de veau 500 ml d'eau

En mode dorer , faire fondre un peu de margarine , mettre le roti pdt le prechauffage eplucher et couper les deux oignons que vous rajouterau fur et a mesure en tournant le roti sur toute ses face ! une fois le tout dore ajouter un fond de vin blanc , mettre en mode cuisson rapide 20 mn ! pdt ce temps la eplucher vos carottes et couper les en rondelles ainsi que les champignons , une fois que ca sonne , ouvrer , enlever le roti et reserver sur une assiette , mettre a dorer a nouveau pour les carottes et les champignons ! eplucher vos petites patate nouvelle pdt que les legumes dore , incorporer les patates au fur et a mesure et ensuite faite votre fond de veau avec 500 ml d'eau et 5 c a cafe de fond de veau en poudre ! 3 pincee de gros sel , poivre , thym et laurier ! remettre en cuisson rapide 15 mn !

Roti de veau Orloff

cookeo

Rôti de veau orloff

Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 1 rôti de veau orloff
- 500g de champignons de paris frais
- 250 gr de giroles fraiches
- Haricots vert cuit
- 2 noix de Beurre
- Ail en poudre
- 1 verre de vin blanc
- Bouillon de légumes Knoor

- Couper en 2 les champignons de Paris
- mettre en mode doré et faire rendre leur eau aux champignons de paris avec un peu de sel,
- les égoutter et les remettre dans la cuve avec une noix de beurre avec les giroles laissé cuire 5 à 10 minutes
- Ajouter les haricots verts poivrer et ajouter de l'ail en poudre.
- mettre de coter dans un plat
- Rincer la cuve du cookéo et y mettre le rôti avec une noix de beurre et 1 verre de vin blanc poivrer et mettre en cuisson rapide 25 min.
- A la fin de la cuisson ajouter les champignons ajouter le bouillon de légumes knoor et laisser en maintien au chaud 5 min

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

cookeo

ROUELLE

Rouelle de porc tomates

Rouelle de porc et ses tomates

Proposée par cuisinesab

Ingrédients

Recette pour 4 personnes :

1 rouelle de porc
5 tomates
1 gros oignon
5/6 baies de geneviève
2 cuillère à soupe de vinaigre
sel et poivre
1 pincée de piment d'espelette en poudre

mettre le cookéo sur manuel et dorer
éplucher et émincer l'oignon
faire revenir l'oignon avec la viande
faire dorer des deux côtés
saler et poivrer
ajouter le piment et les baies
déglacer avec le vinaigre
ajouter les tomates coupées en 4
mettre le cookéo sur cuisson rapide
programmer 12 minutes
et fermer la cocotte

Rouelle de porc à la bière

Rouelle de porc à la bière

proposée par Laurence Lallemand

Ingrédients

Pour 4pers.
une rouelle de porc de 1Kg
sel poivre
thym
1 oignon
ail
de la biere 30 cl

salez poivrez votre viande , en mode ingredients choisir >viande de porc commencer a dorer de chaque cote puis rajouter oignon ail le thym puis environ 30cl de biere mettre en cuisson selon le temps conseillé et déguster

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

Rouelle

cookeo

rouelle

Pour 4 pers.
- 1 rouelle de porc
- 8 belles pdt
- 1 oignon, 3gousses d'ail
-crème fraîche, vin blanc sec
- 1 branche de thym
- 1 boîte de champignons entiers
-huile ou beurre

Faire revenir la rouelle salée et poivrée.
Retirer la rouelle, faire revenir les pdt pelées et coupées en cube.
Retirer les pdt, faire revenir ail, oignon, champignons, crème.
Mélanger et mettre le vin blanc.
Puis remettre la rouelle et pdt, 55minutes.

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

cookeo

Rouelle de porc à la moutarde ancienne

Rouelle de porc au cidre

Rougail Knackis

cookeo

Rougail knackis

Emelyne Baguet

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 10 knackis
- 250 g de lardons fumés
- 4 tomates
- 2 gousses d'ail
- 1 oignon
- curcuma
- poivre

Couper les knackis en petits morceaux.
Détailler les tomates en cubes, hacher l'oignon et l'ail.
En mode dorer faire dorer les lardons .
Ajouter les morceaux de saucisses et faire rosir également.
Ajouter l'ail, l'oignon et le curcuma. Faire revenir quelques minutes.
Ajouter les tomates et un verre d'eau.
en mode cuisson rapide Laisser le tout cuire et mijoter pendant 10 min

Servir avec du riz ou des pâtes.

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

cookeo

Rougail saucisses

Rougail saucisses

proposée par Caro Lyne

Ingrédients

Pour environ 4 personnes.

- Saucisses fumées (je les achète sous vide dans le paquet il y a 5 saucisses)
- 1 boite de tomates concassées.
- 2 oignons
- Thym, romarin (une branche de chaque)
- Une cuillère à soupe de curcuma
- Sel, poivre
- Piment (facultatif)

Dans un premier temps, je pique les saucisses avec une fourchette.
Je les fais bouillir dans une casserole 10 min dans de l'eau (hors cookeo). Cela permet d'enlever le gras de la saucisse.
Une fois cette étape franchit; les couper en rondelle. Réserver.
Couper les oignons finement.
Les mettre dans le cookeo avec tous les autres ingrédients.
Tomates concassées, saucisses, le thym, le romarin, le curcuma, le sel (très peu les saucisses sont déjà salées), le poivre....
Melanger le tout.
Choisisser le mode cuisson rapide, 15 min de cuisson.
Et voilà, vous pouvez l'accompagner de riz ;) !

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

Roulé de dinde orloff

Moulinex cookeo

Roulés de dinde façon Orloff

Emilie Quesnel

Ingrédients :

Pour 6 personnes

6 escalopes de dinde,
10 tranches de bacon,
1 oignon,
250ml de vin blanc,
Moutarde,
Gruyère,
Crème fraîche.

Badigeonner chaque escalope de moutarde sur une face puis déposer sur chaque une tranche de bacon puis 1 petite poignée de gruyère râpé ensuite rouler chaque escalope et les ficeler. Émincé l'oignon et couper 4 tranches de bacon en petits morceaux. En mode dorer faire revenir l'oignon et le bacon en morceaux, ensuite faire dorer chaque roulé sur les deux côtés enfin ajouter le vin blanc. En mode cuisson rapide cuire 10 min. Au bout des 10 min ajouter une bonne cuillère à soupe de crème fraîche (de Normandie bien évidemment ! Lol!). Et remettre 3 min en cuisson rapide. Voilà plus qu'à déguster. Pas besoin de saler avec le bacon

Roulé de dinde pommes de terre carottes

Moulinex cookeo

Roulé de dinde au carottes et pommes de terre

Magali Moreaux

Ingrédients :

Pour 6 personnes

2 oignons, 5 carottes,

2 roulé de dinde,

10 petite pommes de terre,

Huile d'olive, sel, poivre ,

Piment d'espelette,

1 poivron,

3 c à café de fond de volaille,

800 ml d'eau.

Préparation:

mode dorer, mettre l'huile olive et les oignons. ajouter les roulés de dinde pour les faire dorer de chaque côté. ajouter les carottes couper en tronçon et le poivron couper en carré. sel , poivre , piment d'espelette. ajouter les pommes de terre et l'eau avec le fond de veau. cuisson rapide 15 mn

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

Rôti de veau aux légumes

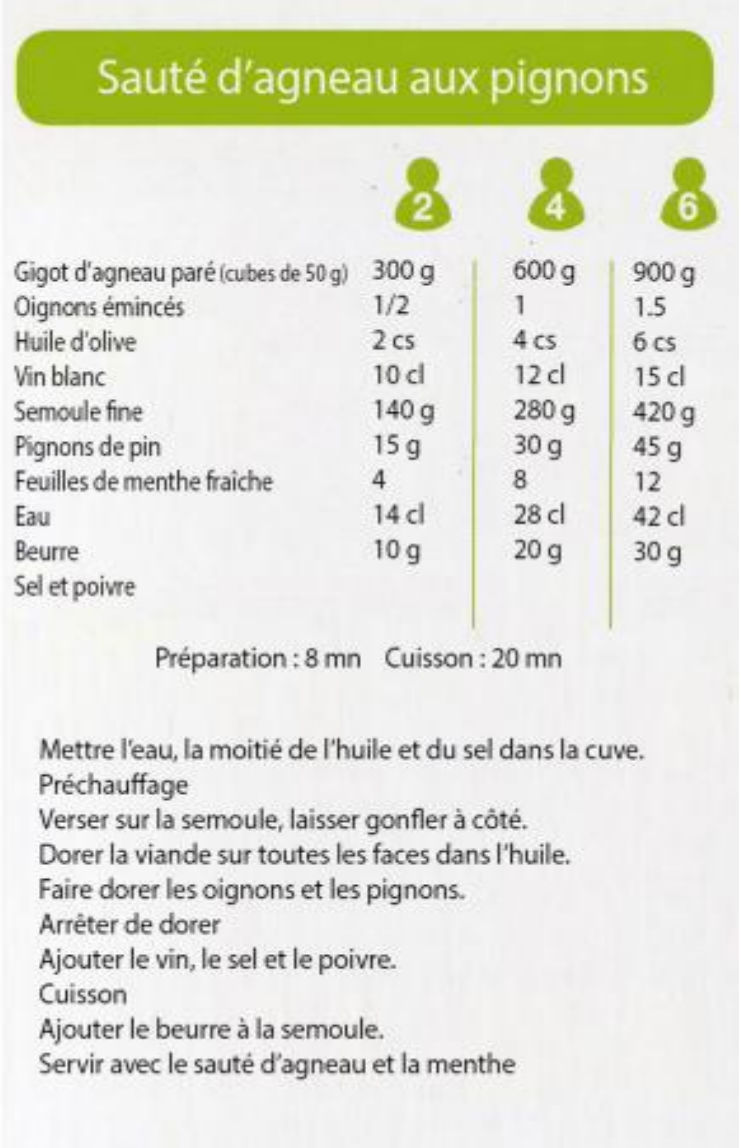
rôti de veau aux légumes

	2	4	6
Rôti de veau bardé	350 g	700 g	1 kg
Huile végétale	1 cs	1 cs	1 cs
Oignons grelots	100 g	200 g	300 g
Carottes en rondelles	100 g	200 g	300 g
Navets	100 g	200 g	300 g
Pommes de terre, en dés	150 g	300 g	450 g
Bouillon de légumes	20 cl	20 cl	20 cl
Vin blanc	5 cl	5 cl	5 cl
Beurre	25 g	35 g	40 g
Sel et poivre			

Préparation : 20 mn Cuisson : 13 mn

Préparation :
Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage
Colorer le rôti sur chaque face durant 3 minutes environ.
Retirer le rôti.
Ajouter légumes et liquides. Mélanger
Ajouter le beurre.
Assasonner.
Remettre le roti
Cuisson
Le rôti est rosé. Si vous souhaitez bien cuit
Maintenez au chaud de 5 à 10 minutes.

Sauté d'agneau aux pignons



Sauté d'agneau aux pignons

	2	4	6
Gigot d'agneau paré (cubes de 50 g)	300 g	600 g	900 g
Oignons émincés	1/2	1	1.5
Huile d'olive	2 cs	4 cs	6 cs
Vin blanc	10 cl	12 cl	15 cl
Semoule fine	140 g	280 g	420 g
Pignons de pin	15 g	30 g	45 g
Feuilles de menthe fraîche	4	8	12
Eau	14 cl	28 cl	42 cl
Beurre	10 g	20 g	30 g
Sel et poivre			

Préparation : 8 mn Cuisson : 20 mn

Mettre l'eau, la moitié de l'huile et du sel dans la cuve.
Préchauffage
Verser sur la semoule, laisser gonfler à côté.
Dorer la viande sur toutes les faces dans l'huile.
Faire dorer les oignons et les pignons.
Arrêter de dorer
Ajouter le vin, le sel et le poivre.
Cuisson
Ajouter le beurre à la semoule.
Servir avec le sauté d'agneau et la menthe

Sauté de veau aux aubergines

Sauté de veau aux aubergines

	2	4	6
Veau à braiser (cubes de 50 g)	300 g	600 g	900 g
Aubergines, en dés	1	2	3
Tomates concassées	200 g	400 g	600 g
Oignons émincés	1	2	3
Feuilles de coriandre ciselées	10	20	30
Brins de ciboulette, ciselés	2	4	6
Huile d'olive	1 cs	2 cs	3 cs
Purée de piment	1/2 cc	1 cc	1.5 cc
Fond de veau	10 cl	10 cl	10 cl
Sel et poivre			

Préparation : 12 mn Cuisson : 25 mn

Verser l'huile dans la cuve
Préchauffage
Dorer la viande, en plusieurs fois si besoin.
Ajouter les oignons, puis les aubergines, et la purée de piment.
Saler et poivrer
Arrêter de dorer
Ajouter les tomates et le fond de veau
Ajouter les herbes ciselées et servir avec des pâtes fraîches.

Sauté de porc au blé

cookeo

Sauté de porc et son blé

Roman Martin Corinne

Ingrédients :

Pour 2 personnes :
- 1 gros oignon
- 1 càs d'huile au choix (olive, noix, tournesol…).
- 500 g de sauté de porc
- 150 g de blé
- 3 càs de coulis de tomates
- 1 càs de moutarde
- 1 càs de thym
- 1 cube de bouillon de volaille
- 350 ml d'eau
- Sel, poivre

Verser l'oignon, l'huile, la viande, le blé, le coulis de tomates, la moutarde, le thym, le bouillon de volaille, l'eau, le sel et le poivre dans la cuve.
Remuer à l'aide d'une cuillère.

Cuisson rapide : 10 min.

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

cookeo

Sauce légumes spaghettis

Sauce tomate bolognaise

Sauce tomate bolognaise

proposée par Muriel Sicchia

Ingrédients

Pour 3 pers.

1 oignon

3 petites cotes de porc

1kg de hachis (viande hachée)

2 bouteilles de pulpe de tomates

sel / poivre / laurier / girofle

Faire revenir des petites cotes de porc (3) avec un oignon

Les ôter et faire revenir 1kg de hachis mélangé ou viande à farce (mode dorer)

Remettre les cotes avec le hachis et recouvrir de deux bouteilles de pulpe de tomates (3cm avant le niveau Max chez moi !)

Sel poivre suivant le goût ou autres épices habituels (clou girofle, laurier...)

15 mn en mode rapide

Et voilà !!!! Ce sont les vrais italiennes qui ne vont pas être contentes car ça ne mijote pas assez longtemps !!!! Lol

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

Sauce Bolognaise

cookeo

sauce bolognaise

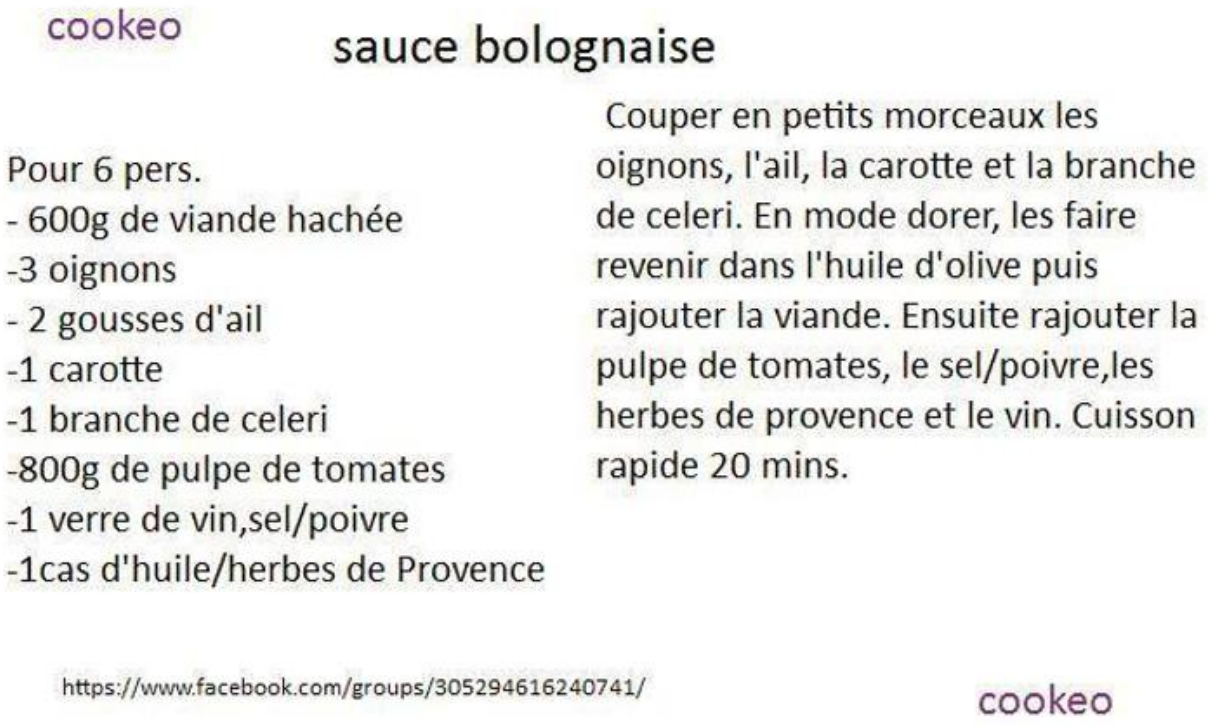
Pour 6 pers.
- 600g de viande hachée
-3 oignons
- 2 gousses d'ail
-1 carotte
-1 branche de celeri
-800g de pulpe de tomates
-1 verre de vin,sel/poivre
-1cas d'huile/herbes de Provence

Couper en petits morceaux les oignons, l'ail, la carotte et la branche de celeri. En mode dorer, les faire revenir dans l'huile d'olive puis rajouter la viande. Ensuite rajouter la pulpe de tomates, le sel/poivre,les herbes de provence et le vin. Cuisson rapide 20 mins.

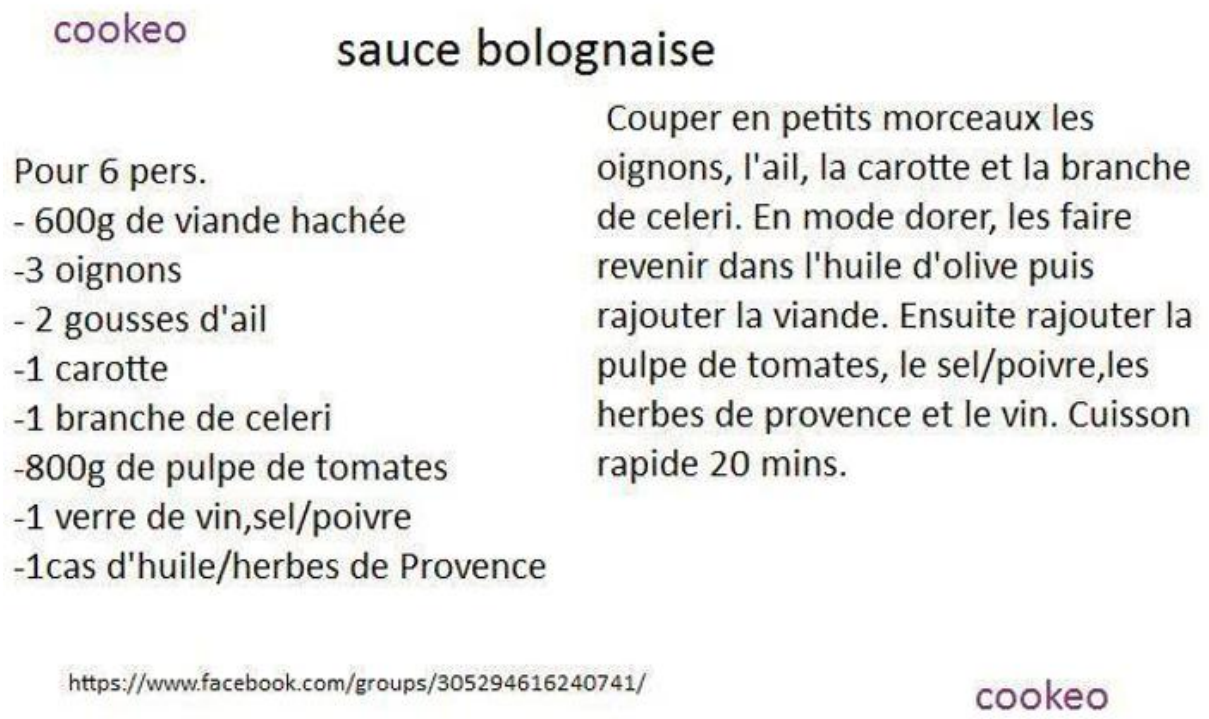
https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

cookeo

Sauce bolognaise 2



Sauce bolognaise 3



Sauce tomate maison

cookeo

Sauce tomate maison

-3,5kg de tomates (moitié tomates pelées/moitié tomates naturelles)
-1/2 oignon
-2 gousses d'ail
-Romarin, basilic
-Sel et poivre
-6 morceaux de sucre
-Huile d'olive

Mettre la moitié des tomates dans 50cl d'eau, cuisson rapide 5 mins. Transvaser dans l'eau froide, enlever la peau.
Pour les autres tomates, les couper en 2. Les faire revenir avec l'oignon. Mettre tous les ingrédients, cuisson rapide 5 mins.Mixer.

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

cookeo

LES SAUTES

Sauté de boeuf au Munster

cookeo

SAUTÉ DE BOEUF AU MUNSTER

DE MOONSTONE JEWEL SPHYNX

(5 À 6 PERSONNES)

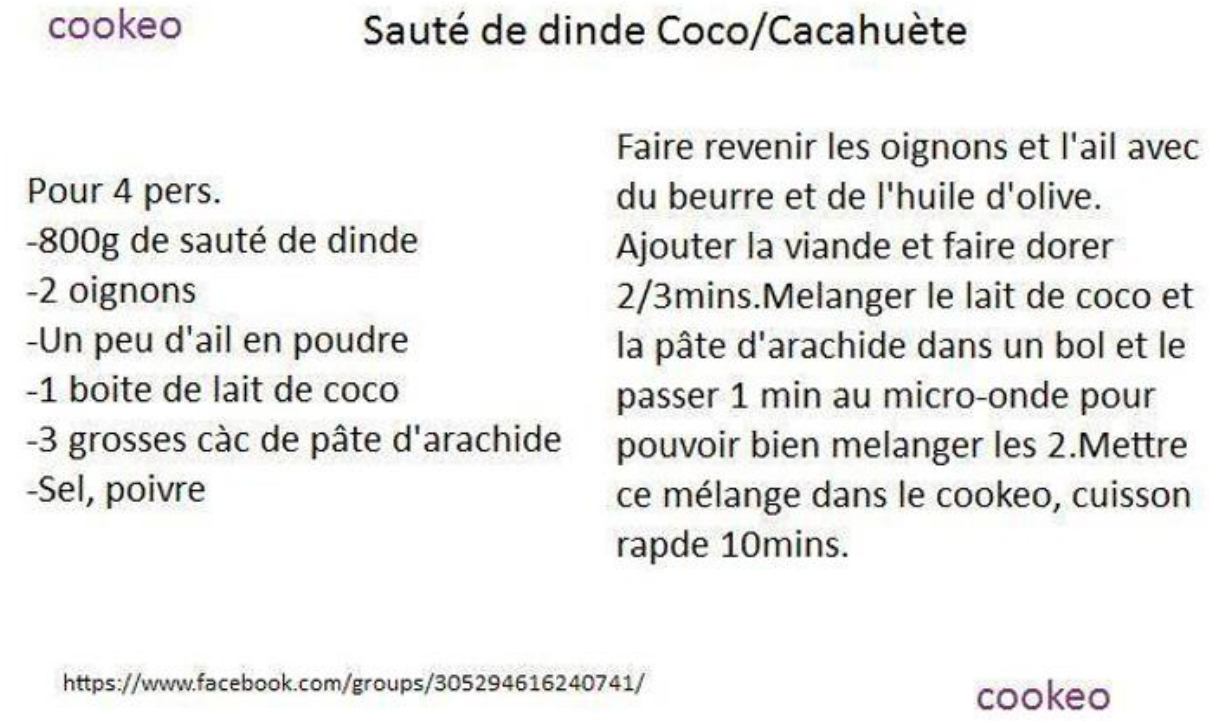
800G DE SAUTÉ D'AGNEAU
1.5 OIGNONS +
1 GOUSSE D'AIL
500G DE POMMES DE TERRE COUPÉES EN DÉS (ENVIRON 6 PATATES)
1,5 PETITE BOITE DE CHAMPIGNONS EN CONSERVE
250 ML DE FOND DE VEAU (250ML D EAU+ 2C.5 DE FOND DE VEAU)
350G DE MUNSTER
1 POT DE CREME FRAICHE ENTIERE
1 GRANDE BOITE DE PETITS POIS

MODE DORER
MORCEAUX DE SAUTÉ DE VEAU (800G) + OIGNON (1,5 OIGNON)
QUAND C DORÉ, AJOUTER LES INGREDIENTS SUIVANTS DANS COOKEO
500G DE POMMES DE TERRE COUPÉES EN DÉS (ENVIRON 6 PATATES)
1,5 PETITE BOITE DE CHAMPIGNONS EN CONSERVE
250 ML DE FOND DE VEAU (250ML D EAU+2C.5 DE FOND DE VEAU)
350G DE MUNSTER
CUISSON RAPIDE + FERMER COOKEO
PROGRAMMER 20MN
RAJOUTER LA CREME FRAICHE À LA FIN DE LA CUISSON RAPIDE, ET LES PETITS POIS.
LAISSER REDUIRE LA SAUCE 5MN EN MODE DORER, SERVIR EN EGOUTTANT LE PLAT ET EN METTANT LA SAUCE DANS UN BOL

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

cookeo

Saute de dinde coco



Sauté de porc asiatique

Saute de porc à la tomate

Moulinex cookeo

Sauté de porc à la tomate

Céline Lucas Ménard

Ingrédients :

Pour 4 personnes,

1 oignon,
une cuillère à soupe de farine,
400gr de saute de porc,
une boite de tomates pelées,
des poivrons surgelés,
un verre de vin blanc,
1 cuillère à soupe de fond de veau,
sel, poivre et beurre

J'ai mis le cookeo en fonction dorer.

J'ai mis le beurre et fais revenir l'oignon.
J'ai fait dorer le sauté de porc.
Quand la viande est dorée sur toutes les faces je met la farine puis je remue bien.

Je sale et poivre puis je rajoute le reste des ingrédients.
Je mélange et met en mode cuisson rapide 15 minutes.

J'ai servi ca avec du blé. Rapide et savoureux !

Saute de porc au miel

Sauté de porc au miel

proposée par Céline Lucas Ménard

Ingrédients

Pour 6 personnes:

1kg d'échine de porc en cubes,

100gr de lardons nature,

1oignon,

1cs de farine,

1cs de miel,

1cs d'huile,

150ml de vin rouge et 150ml d'eau,

thym et laurier, sel et poivre.

Je mets mon cookeo en mode dorer et je mets dans la cuve ma viande que je saupoudre de farine.

J'ajoute ensuite lardons et oignon et je laisse revenir.

Je sale et poivre puis j'ajoute le miel.

Je mélange bien et je rajoute l'eau et le vin.

Je passe alors en mode cuisson rapide pour 12minutes.

À servir des la fin de cuisson avec des pommes de terres vapeur c'est génial

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

Sauté de porc aux poivrons

Moulinex cookeo

Sauté de porc au poivrons & noix de cajou

Cécilia Nitop

Ingrédients :

4/6 personnes

1kg de sauté de porc
1 poivron rouge
1 poivron jaune
2 oignons
1 belle poignée de noix de cajou (non salées)
1 bouillon de volaille
eau/vin blanc
paprika
crème fraîche

en mode dorer, faire revenir les oignons et la viande préalablement farinée (l'astuce: prendre un sac congel, y mettre un peu de farine, fermer, secouer et c'est juste top, pas d'excédent, juste ce qu'il faut!). Saler, poivrer et ajouter l'équivalent d'1 cas de paprika.
Rajouter les poivrons.
Ajouter le cube bouillon, l'eau et le vin blanc. J'ai mis à l'instinct et un peu trop liquide donc je conseille à peu près 10cl de chaque.
Mélanger le tout et passer en mode cuisson rapide pour 10 min. SI trop de liquide, vous pouvez en enlever un peu. Ajouter les noix de cajou et c'est parti pour 5 min supplémentaires.
Juste avant de servir, ajouter 2 cas de crème pour lier la sauce (et aussi pour la gourmandise tout simplement!). C'est prêt!

Sauté de porc aux légumes

cookeo

sauté de porc aux légumes et bulgour

-500 g de sauté de porc
-1 oignon/poivre de sichuan
-1cas d'huile et 1 de moutarde
-3cas de sauce tomate,1 de thym
-1coeur de bouillon de volaille
-550ml d'eau, 200g de boulgour
-1 sachet de 750g de légumes surgelés

En mode dorer, faire revenir l'oignon et la viande,10 minutes.
Ajouter le coeur de bouillon, la moutarde, la sauce tomate,le poivre, le thym, couvrir d'eau.
Cuisson rapide 15 minutes.
Ensuite, rajouter les légumes et le boulgour, 300ml d'eau, cuisson rapide 8 minutes.

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

cookeo

Sauté de porc au caramel

Sauté de porc au caramel

proposée par "Idées Recettes Cookeo"

Ingrédients

Ingrédients pour 4 personnes

-1 kg de sauté de porc
- 2 oignons
- 3 carottes
- 3 gousses d'ail
- 1 barquette de lardons allumette nature (environ 100g)
- La moitié d'une bouteille de caramel liquide (sinon vous pouvez faire votre caramel vous même : 30 g de sucre / soit environ 4 cuillères a soupe) + un verre d'eau .
- 5 cuillères a soupe de sauce soja
- Champignons de paris
- sel / poivre/ huile
- Eau

1) se mettre en mode MANUEL > fonction DORER
2) mettre une cuillère a soupe d'huile dans la cuve, ajouter l'oignon , faites revenir , incorporer la viande (coupé en morceau ou en lamelle au choix) faite bien revenir le tout au moins 5mn
3) ajouter le caramel liquide ou incorporer votre sucre et votre verre d'eau et laisser caraméliser
4) ajouter l'ail , les carottes et les champignons
5) ajouter la sauce de soja
6) un peu de sel et de poivre mélanger a la cuillère en bois toute votre préparation . incorporer de l'eau jusqu'à couvrir vos ingrédients (environ 400mll)
arrêtez de dorer et passer en cuisson Rapide 12mn
Dring c'est prêt ! bon appétit !
Si vous aimez plus sucré vous ajouter plus de caramel si vous aimez plus salé alors faudra jouer avec la sauce soja a vous de tester ce que vous préférez !

Sauté de porc à la tomate

Cookeo

Sauté de porc à la tomate

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes :

500 g de sauté de porc en morceaux

4 tomates

1 cube de bouillon de boeuf

100 d'oignons congelés

1 verre de vin blanc

3 cuillères à soupe de concentré de tomates

Huile d'olive

Sel et poivre

200 ml d'eau

Mode dorer

Ajoutez de l'huile dans la cuve et faites dorer les oignons .

Ajoutez le sauté de porc en morceaux .

Ajoutez les tomates ,le verre de vin blanc. Poivrez .Emiettez le cube de bouillon de bœuf.

Versez 200 ml d'eau ,ajoutez 2 cuillères à soupe de concentré de tomates

Mode cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 13 mn

En fin de cuisson ajoutez une 3è cuillères à soupe de concentré de tomates . Servez chaud .

Sauté de porc au roquefort et pommes de terre

Moulinex cookeo

Sauté de porc au roquefort et ses pommes de terre

Sandrine St Jean

Ingrédients :

Ingrédients:

1kg de sauté de porc
20 petites p de terre
1 ou 2 part de roquefort selon le goût...moi j'ai mis 2
500ml d'eau + fond de veau
200 g de lardons fumés
1/2 verre de vin blanc

Faire revenir le porc et les lardons
Ajouter ensuite le vin blanc
Laisser mijoter un peu
Mettre le roquefort en petits morceaux
Ajouter les p de terre
Poivrer...pas de sel car les lardons et le roquefort salent suffisamment.
Remuer le tout
Arroser avec le fond de veau delayé dans l'eau
Mettre en cuisson rapide 20 mn
Dégustez!!!

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

Sauté de veau à ma façon

cookeo

Sauté de veau à ma façon

Christine Hopevan

Ingrédients :

Pour 6 personnes
- 800g de viande de veay à blanquette
- ail
- échalottes surgelées
- 1 briquette de vin blanc cuisine
- 1 c à s de farine
- sel, poivre
- bouquet garni de thym et laurier
- cornichons
- riz blanc (400g)

Faire dorer la viande en cube avec l'ail et l'echalotte, une fois la viande dorée, ajouter 1 cuillère de farine, le vin blanc, sel, poivre, thym, laurier et quelques rondelles de cornichons.
Cuisson rapide 30 min

Faire cuire ensuite le riz (programme enregistré)

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

cookeo

Sauté de veau aux champignons

cookeo

Sauté de veau aux champignons

Pour 2/3pers.
-600g de sauté de veau
- 250g de champignons de Paris frais
- 3 échalotes
- 30cl de fond de veau
- 1 càs de crème fraîche

En mode recette bourguignon, sélectionner 2pers. Faire dorer dans un peu de mat.grasse les échalotes et les champignons émincés,2/3 mins.Ajouter la viande avec un fond d'eau. Faire dorer 2/3 mins.Ajouter le fond de veau, mettre en cuisson. A la fin ajouter la crème.

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

cookeo

Sauté de veau de Lisbonne

cookeo

Sauté de veau de Lisbonne

Ingrédients :
Pour 4 personnes

- 600 gr de sauté de veau
- Olives noir
- Une boite de concentré de tomate
- Un verre de porto rouge ou blanc
- Un verre d'eau
- Un demi-chorizo doux ou piquant
- Pommes de terre
- Oignon
- un peu d ail

- Mode dorer faire revenir le sauté
- Ajouter le concentre de tomate puis le verre de porto
- Puis l eau
- Puis les olives
- Ajouter le chorizo coupé en rondelles oignon les pommes de terre l'ail
- Mode cuisson rapide 21 min
  Si la sauce est trop liquide l épaissir.

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

cookeo

Sauté de veau au chorizo

Moulinex cookeo

Sauté de veau au chorizo

Aurore Benoit

Ingrédients :

Pour 4 personnes
800g de sauté,
1 oignon,
1 gousse d'ail,
1 echalotte,
1/2 chorizo doux,
une brique de sauce tomate ou pulpe,
1 bocal d'olives,
1 CAS de créme fraiche,
huile d'olive, sel poivre

En mode doré faire revenir l'oignon, echalotte et ail, soupoudrer la viande de farine, ajouter la viande, couper le chorizo en rondelles et ajouter à la viande ajouter la sauce tomate, les olives, salez poivrez mettre en mode cuisson rapide 25 MINUTES,
rectifiez l'assaisonement et terminer par une CAS de créme. BON APP'

Sauté de veau aux olives

cookeo

sauté de veau aux olives

Pour 4 pers.
-800g de sauté de veau
-1 ou 2 oignons/ 2 gousses d'ail
-une boite de lardons
-1 boite de tomates concassées
-champignons
-carottes en rondelles
-250ml de vin blanc
-350ml d'eau/ fond de veau
-1bouquet garni,olives

Faire revenir les oignons puis les lardons, ajouter la viande.
Mettre tout le reste des ingrédients, remuer quelques minutes en mode dorer puis cuisson rapide 20 mn.
En fin de cuisson, laisser quelques minutes en mode dorer.

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

cookeo

Sauté de dinde

Sauté de porc Basquaise

Sauté de porc à l'italienne

Sauté de porc au cidre

Moulinex cookeo

Sauté de porc au cidre

Nadia Vegh

Ingrédients :

1kg200 de sauté de porc coupé en cube de 2cm

,3 oignons

2 pommes

400ml de cidre

sel,poivre

4 pdt

2 c à s de crème entière épaisse

En mode dorer,faire revenir le porc avec les oignons émincés environ 10 min.Déposer les pommes coupées en 2 et épépinées par dessus et enfin les pdt.Passer en mode cuisson rapide,mettre le cidre ,fermer et cuire 20 min.Dès que le cookéo est ouvert ,retirer les pdt et les pommes,puis mettre la crème ,mélanger et servir avec les pdt et les pommes.

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

Sauté de porc au curry et coco

Moulinex cookeo

Sauté de porc au curry et coco

Syl Vie

Ingrédients :

pour 4 personnes
500 gr de sauté de porc
1 oignon
1 cuillère à café de curry
200 ML de lait de coco
200 ML d'eau avec 1 cube de bouillon
2 cuillères à café de fond de veau.

en mode DORER : faire griller viande +oignon.
ensuite , en mode CUISSON RAPIDE ,
aujouter tous les autres ingrédients
SAUF le lait de coco !!!
bien mélanger. c'est parti pour 15 minutes de cuisson...
lorsque c'est fini, ajouter le lait de coco ,
et si ça vs semble trop liquide , ajouter un peu de maïzena...
remettre 1 minute en CUISSON RAPIDE et voilà !

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

Moulinex cookeo

Sauté de porc à la moutarde et vin blanc

Audrey Aleera Loiseau

Ingrédients :

Pour 4 personnes

1kg de sauté de porc,
7-8 échalotes,
1 demi briquette de vin blanc,
1 bonne c-à-s de moutarde,
herbes de provence,
origan,
sel fou,
5 baies,
2 c-à-s de crème fraîche,
sel,
farine ou maïzena

Mettre en mode dorer et faire revenir les échalotes émincées, ajouter le sauté de porc et les épices, mélanger.

Au bout de quelques min ajouter le vin blanc, la moutarde et la créme, mélanger et ajouter la farine ou maïzena pour épaissir la sauce à votre convenance.

Passer en mode ingrédients, porc, en morceaux et choisir le poids. Laisser faire le cookéo. Bon appétit

Saute de veau façon Saria

cookeo

Sauté de veau façon Saria

Pour 6 pers.
-1 kg d'épaule de veau
-1 oignon
- 1 ou 2 grosses boîtes de champignons de Paris
-1 feuille de laurier
-500 ml de fond de veau
-concentré de tomates

Couper le veau et l'oignon.
Mettre le cookeo en mode boeuf bourguignon, faire revenir l'oignon et le veau.Ajouter le fond de veau, le concentré de tomates.
Mettre le reste des ingrédients, lancer la cuisson.

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

cookeo

Sauté de porc aux abricots

Moulinex cookeo

Sauté de porc aux abricots

Syl Vie

Ingrédients :

pour 2-3 personnes :

500 gr de sauté de porc
15 abricots secs
1 oignon
2 cuillères à café de fond de veau
1 ml de paprika
1 ml de cumin
0,5 ml de cannelle
0,5 ml de muscade
1 ml de miel
15 ml de farine
400 ml d'eau.

Mettre le cookéo en mode dorer.

Faire dorer la viande et l'oignon .
dns un saladier , mélanger tout les autres ingrédients sauf les abricots.

Quand la viande est bien dorée , vider le saladier dedans , ajouter les abricots, bien mélanger et mettre en cuisson rapide 15 minutes.
voilà , c'est prêt !

Sauté de veau à ma façon

cookeo

Sauté de veau à ma façon

Christine Hopevan

Ingrédients :

Pour 6 personnes
- 800g de viande de veay à blanquette
- ail
- échalottes surgelées
- 1 briquette de vin blanc cuisine
- 1 c à s de farine
- sel, poivre
- bouquet garni de thym et laurier
- cornichons
- riz blanc (400g)

Faire dorer la viande en cube avec l'ail et l'echalotte, une fois la viande dorée, ajouter 1 cuillère de farine, le vin blanc, sel, poivre, thym, laurier et quelques rondelles de cornichons.
Cuisson rapide 30 min

Faire cuire ensuite le riz (programme enregistré)

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

cookeo

Sauté de veau au citron

Sauté de veau aux 2 olives

Sauté de veau aux carottes

cookeo **Sauté de veau aux carottes**

Isabelle Arnaud Pailhès

Ingrédients :

Pour 4 pers

400g de sauté de veau

8 grosses carottes

1 oignon

un bouquet garni

500ml de bouillon

Mettre cookeo en fonction dorer et ajouter un peux d huile d olive ensuite ajouter l' oignon ainsi que la viande et faire dorer celle-ci , ensuite saupoudrer de farine remuer le tout et ajouter le reste des ingrédients puis passer en mode cuisson rapide pendant 20 min.

Petite variante en rajoutant des champignons et pourquoi pas rajouter un petit verre de vin blanc qui donnera un petit gout supplémentaire

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

Sauté de veau aux champignons

cookeo

Sauté de veau aux champignons

Pour 2/3pers.

-600g de sauté de veau
- 250g de champignons de Paris frais
- 3 échalotes
- 30cl de fond de veau
- 1 càs de crème fraîche

En mode recette bourguignon, sélectionner 2pers. Faire dorer dans un peu de mat.grasse les échalotes et les champignons émincés,2/3 mins.Ajouter la viande avec un fond d'eau. Faire dorer 2/3 mins.Ajouter le fond de veau, mettre en cuisson. A la fin ajouter la crème.

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

cookeo

Sauté de veau aux olives

cookeo

sauté de veau aux olives

Pour 4 pers.
-800g de sauté de veau
-1 ou 2 oignons/ 2 gousses d'ail
-une boite de lardons
-1 boite de tomates concassées
-champignons
-carottes en rondelles
-250ml de vin blanc
-350ml d'eau/ fond de veau
-1bouquet garni,olives

Faire revenir les oignons puis les lardons, ajouter la viande.
Mettre tout le reste des ingrédients, remuer quelques minutes en mode dorer puis cuisson rapide 20 mn.
En fin de cuisson, laisser quelques minutes en mode dorer.

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

cookeo

Sauté de veau au chorizo

Sauté de dinde

cookeo

sauté de dinde

-1kg de sauté de dinde
-1 poivron vert
-1 oignon émincé
-200g de champignons émincés
-1 boite de pulpe de tomates
-1 marmite de bouillon de volaille sel/poivre, eau
-1 boîte de concentré de tomates

En mode "dorer", faire revenir oignon et sauté de dinde.
Ajouter champignons, poivron, pulpe de tomates, sel, poivre et bouillon.
En mode "cuisson rapide", laisser cuire 15 minutes.
Ajouter le concentré de tomates pour lier la sauce.

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

cookeo

Sauté de porc Basquaise

cookeo

sauté de porc basquaise

-1kg de sauté de porc
-4 petites courgettes
-1 poivron vert
-4 petites pdt
-20 cl de sauce tomate
-1 pointe de piment en purée

Faire dorer la viande en morceaux, le poivron et les pdt, 5 minutes.
Ajouter la sauce tomate, les courgettes et le piment.
Cuisson rapide 14 minutes.

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

cookeo

Sauté de porc à l'italienne

Sauté de porc à la moutarde vin blanc

Moulinex cookeo

Sauté de porc à la moutarde et vin blanc

Audrey Aleera Loiseau

Ingrédients :

Pour 4 personnes

1kg de sauté de porc,
7-8 échalotes,
1 demi briquette de vin blanc,
1 bonne c-à-s de moutarde,
herbes de provence,
origan,
sel fou,
5 baies,
2 c-à-s de crème fraîche,
sel,
farine ou maïzena

Mettre en mode dorer et faire revenir les échalotes émincées, ajouter le sauté de porc et les épices, mélanger.

Au bout de quelques min ajouter le vin blanc, la moutarde et la créme, mélanger et ajouter la farine ou maïzena pour épaissir la sauce à votre convenance.

Passer en mode ingrédients, porc, en morceaux et choisir le poids. Laisser faire le cookéo. Bon appétit

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

Sauté de porc au blé

cookeo

Sauté de porc et son blé

Roman Martin Corinne

Ingrédients :

Pour 2 personnes :
- 1 gros oignon
- 1 càs d'huile au choix (olive, noix, tournesol…).
- 500 g de sauté de porc
- 150 g de blé
- 3 càs de coulis de tomates
- 1 càs de moutarde
- 1 càs de thym
- 1 cube de bouillon de volaille
- 350 ml d'eau
- Sel, poivre

Verser l'oignon, l'huile, la viande, le blé, le coulis de tomates, la moutarde, le thym, le bouillon de volaille, l'eau, le sel et le poivre dans la cuve.
Remuer à l'aide d'une cuillère.

Cuisson rapide : 10 min.

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

cookeo

SAUCISSES ET SAUCISSONS

Saucisses chou-fleur

Cookeo Moulinex

Saucisses chou-fleur

Ingrédients pour 2 personnes

1 saucisse
2 cuillères à soupe de persil haché
2 gousses d'ail hachées
1 petit verre de vin blanc
Sel
Poivre
Huile d'olive
400 g de fleurettes de chou-fleur congelées
200 ml d'eau

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

Mode dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve pour faire revenir l'ail haché. Ajoutez tout de suite les morceaux de saucisses.
Ajoutez ensuite les fleurettes ,le verre de vin blanc.
Versez 2 cuillères à soupe de persil .Ajoutez 200 ml d'eau .

Mode cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn .
Servez chaud .

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

Saucisses aux pommes

Moulinex cookeo

Saucisses aux pommes

Jean-Claude Lyonne

Ingrédients :

pour 4 personnes

25 cl de vin blanc
4 saucisses de Toulouse,
un bouquet garni,
sel, poivre,
4 pommes,
2 échalottes,
bouillon de volaille (40cl)

Mettre coockéo fonction manuel "dorer", faire pocher les saucisses au vin blanc, mettre tout de suite vin blanc et saucisse (piquer au préalable les saucisses).

Ensuite faire dorer 4 minutes.

Mettre les pommes et échalottes
Faire dorer un petit peu.
Mettre le bouillon, le bouquet garni.
Faire cuire "cuisson rapide " 10 minutes.

Saucisses de morteau au vin blanc

cookeo

Saucisse de Morteau au vin Blanc

-1 belle sauciss de Morteau
- 1 briquette de vin blanc sec
- 3 oignons
-2 cas de moutarde
-1 petit pot de crème fraîche
-2pdt/personne
- quelques carottes

Couper les oignons en 2, les carottes en tronçons, la saucisse en grosses tranches.
Mettre tous les ingrédients dans la cuve, cuisson rapide 15 mns.

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

cookeo

Saucisses chipolatas à la tomate

Saucisses chipolata à la tomate

proposée par Anne Destailleur

Ingrédients

Des saucisses chipolata
2 boites de tomates en morceaux (en général j'achète à l'ail ou aux légumes),
Quelques pommes de terre,
1 oignon,
1 poivron,
1 feuille de laurier,
sel, poivre,
et purée de piment,
un peu de matière grasse

Je coupe mes chipolatas en morceaux de 4-5 cm,
je les fais dorer dans le cookéo avec un peu de matière grasse, j'ajoute mes pommes de terre que j'ai préalablement coupé en morceaux, mon oignon et mon poivron également coupé,
je laisse encore dorer quelques minutes, j'ajoute mes boites de tomates, plus de l'eau, j'emploie une des boites , ma feuille de laurier, sel, poivre, et ma purée de piment (selon les gouts) je mets en cuisson rapide 20minutes
bon appétit

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

Saucisses fumées pdt tomates

cookeo

saucisses fumées/pdt/tomates

Pour 4 pers.
-4 saucisses fumées coupées en 2 et piquées
-2 échalotes
-1/2 l de bouillon de légumes/càs de moutarde
-4 tomates
-10 pdt

Faire cuire 2 mins dans le panier vapeur les 4 tomates pelées et coupées puis réserver.
Dans la cuve, faire dorer saucisses et échalottes.
Ajouter le reste des ingrédients (sauf tomates), cuisson rapide 8 mins.A la fin, mettre les tomates, cuisson rapide 2 mins.

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

cookeo

Saucisses de Montbéliard

Saucisses de Montbéliard

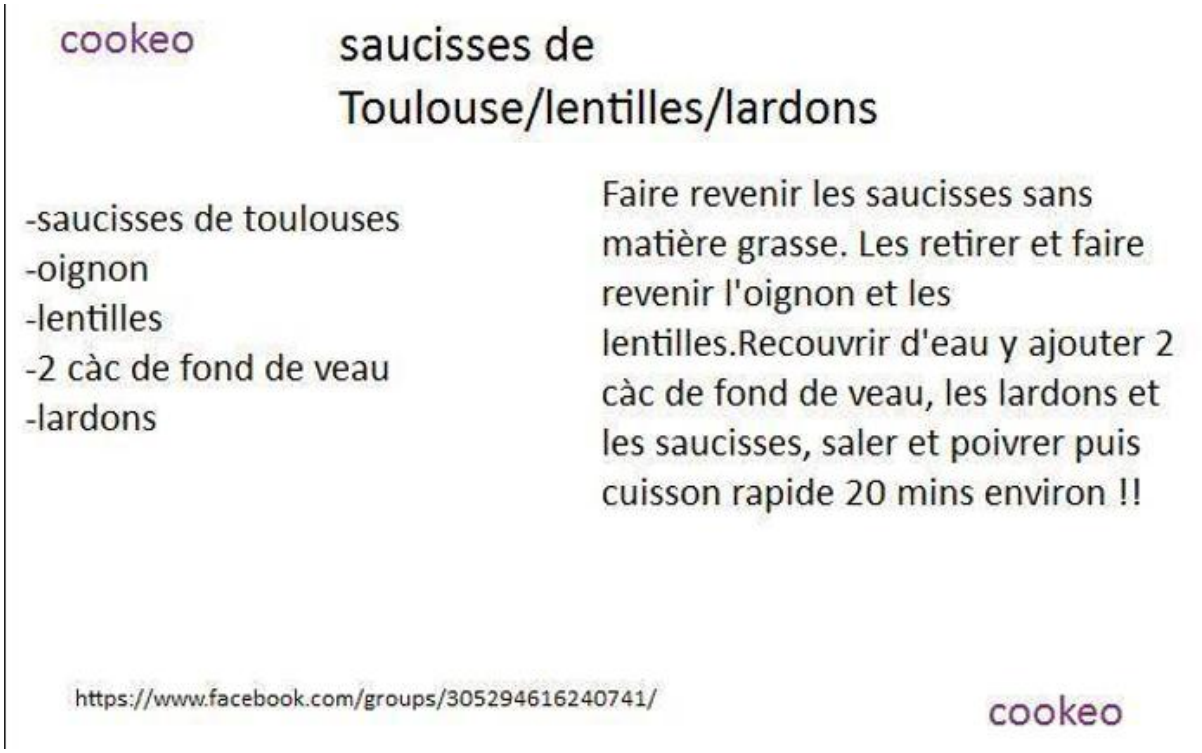
	2	4	6
Saucisses de Montbéliard	2	4	6
Mélange de champignons	200 g	400 g	600 g
Champignons de Paris	175 g	350 g	500 g
Porto	4 cl	8 cl	12 cl
Huile d'olive	2 cs	4 cs	6 cs
Persil plat haché	2	4	6
Sel et poivre			

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

Préparation :
Verser l'huile dans la cuve
Préchauffage
Faire sauter les champignons de Paris
Après quelques minutes, ajouter le mélange forestier
Piquer une fois la peau des saucisses
Ajouter la saucisse et le porto
Saler et poivrer
Cuisson
couper les saucisses en rondelles, ajouter aux champignons
le persil plat.
Servir !

Saucisses de Montbéliard pommes de terre

Saucisses lentilles de Toulouse



Saucisses fumées pommes de terre

Saucisses fumées & pommes de terre

proposée par Barbara Lnn

Ingrédients

4 saucisses fumées

2 échalotes

200ml de fond de veau

6 champignons frais coupés en rondelles

6 pommes de terres crues coupées grossièrement

En mode manuel dorer 10min les 4 saucisses et l'échalotes

Ajouter le reste des ingredients passer en cuisson rapide 10min et c'est prêt !

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

Saucisson genevoise

Saucisson genevoise

Ingrédients

5 pommes de terre
coupées en fines tranches
1 saucisson a l'ail
1 verre de l'ait
Du gruyere*

J'ai mis 5 pommes de terre coupées en fine tranche dans le cookeo avec un verre de lait et une poignée de gruyère râpé.
J'ai posé par dessus un saucisson à l'ail.
J'ai mis à cuire cuisson rapide 10 minutes.
C'est un vrai régal. Vite fait et super bon

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

Saucisson pommes de terre

Saucisson aux pommes de terre

proposée par Blandine Lombard-gras

Ingrédients

2 saucissons de Lyon a cuire
une 10 aine de P de T
3 briquettes de crème liquide
sel poivre et piment d'espelette
2 capsules de bouillons "légumes du soleil de maggi"
2 gousses d'ail couper en ti morceaux

mettre les 2 saucissons dans la cuve couvrir avec les Pde T en rondelles

sel poivre et piment d'espelette et ail+ 2 capsules de bouillon maggi "legumes du soleil"

ajouter les briquettes de crème liq et en position manuel, j'ai régler sur cuisson rapide pendant 10mn

Régalez vous!!!!!! ensuite j'ai utiliser le maintien au chaud

Saucisson genevoise

Saucisson genevoise

Ingrédients

5 pommes de terre
coupées en fines tranches
1 saucisson a l'ail
1 verre de l'ait
Du gruyere*

J'ai mis 5 pommes de terre coupées en fine tranche dans le cookeo avec un verre de lait et une poignée de gruyère râpé.
J'ai posé par dessus un saucisson à l'ail.
J'ai mis à cuire cuisson rapide 10 minutes.
C'est un vrai régal. Vite fait et super bon

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

Saucisses Diots et chou blanc

Moulinex cookeo

Saucisses "Diots" et chou blanc

Aurélie Garcia

Ingrédients :

Pour 4 pers

- 4 Diots coupés en morceau (saucisses à cuire de savoie)
- 1/2 choux blanc en lamelles
- 1 oignon blanc émincé
- 3 tomates coupées en 4
- 1 brique de sauce tomate 20 cl
- 150 gr de riz
- 600 ml de fond de veau
- 1 cs d'huile d'olive
- sel, poivre

En mode dorage, avec l'huile d'olive faire revenir l'oignon et les saucisses pendant 5 mn.

Rajouter tous les autres ingrédients, mélanger et mettre en cuisson rapide pour 20 mn.
C'est très bon !

Saucisses lentilles au cookeo

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 (reservé)

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 !

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

Saucisses rougail

Rougail saucisses

	2	4	6
Saucisses de Morteau (ou Montbéliard)	300 g	600 g	900 g
Gingembre frais	5 g	10 g	15 g
Huile d'olive	1 cs	2 cs	3 cs
Oignons émincés	1	2	3
Tomates concassées	200 g	400 g	600 g
Piment de Cayenne en poudre	1/2 cc	1 cc	1.5 cc
Branche de thym	1	2	3
Curcuma	1/2 cc	1 cc	1.5 cc
Eau	10 cl	12 cl	15 cl

Préparation : 8 mn Cuisson : 4 mn

Préparation :
Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage
faire dorer les oignons quelques instant.
Arrêter de dorer.
Ajouter les saucisses, le gingembre, les tomates avec le thym, le curcuma, le piment et l'eau.
Cuisson
Servir avec du riz.

Saucisses au curry

Saucisses curry

proposée par Angelique Wagner

Ingrédients

Des saucisses
3 poivrons
1 oignon
1 bouillon
2 verre d'eau
3 cuilleres a soupe de curry
1 coulis de tomate
2 sucres
salé/poivré

Faites griller vos saucisses a la poele
dans le cookeo en mode manuel > dorer
mettre un filet d'huile et faire revenir l'oignon, +les poivrons , ajouter le coulis de tomates , le bouillon , l'eau , le curry , le sucre , salé poivré et
cuisson rapide 12 mn
plus qu'a rajouter les saucisses grillees. bon appetit

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

Saucisses Rougail

Rougail saucisses

	2	4	6
Saucisses de Morteau (ou Montbéliard)	300 g	600 g	900 g
Gingembre frais	5 g	10 g	15 g
Huile d'olive	1 cs	2 cs	3 cs
Oignons émincés	1	2	3
Tomates concassées	200 g	400 g	600 g
Piment de Cayenne en poudre	1/2 cc	1 cc	1.5 cc
Branche de thym	1	2	3
Curcuma	1/2 cc	1 cc	1.5 cc
Eau	10 cl	12 cl	15 cl

Préparation : 8 mn Cuisson : 4 mn

Préparation :
Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage
faire dorer les oignons quelques instant.
Arrêter de dorer.
Ajouter les saucisses, le gingembre, les tomates avec le thym, le curcuma, le piment et l'eau.
Cuisson
Servir avec du riz.

Saucisses et flageolets

Moulinex cookeo

Jessika Beyrand

Saucisses & Flageolets

Ingrédients :

4 personnes

4 saucisses de Toulouse,
4 verres de flageolets,
1 échalotte,
1 gousse d'ail,
2 carottes,
sel et poivre -

Mettre à tremper les flageolets durant toute une nuit,

En mode dorer faire revenir les saucisses pendant 3/4 minutes, les retirer, Ensuite faire revenir la gousse d'ail, l'échalotte, les carottes et les flageolets en mode Dorer pendant 3/4 minutes également, Remettre les saucisses dans le Cookéo puis recouvrir les flageolets d'eau (ce n'est pas grave si les saucisses ne sont pas recouvertes), Cuire en mode ingrédient en sélectionnant les lentilles pour 4 personnes.

Pour ceux qui aiment on peut rajouter 50 cl de coulis de tomates.

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

SPAGHETTIS

Spaghettis dinde moutarde

Cookeo Moulinex

Spaghettis dinde moutarde

370 CALORIES 8 PP 9 SP

Ingrédients pour 4 personnes

4 escalopes de dinde
200 g de champignons de Paris
100 g d'oignons
240 g de spaghettis
2 cuillères à soupe de moutarde forte
Sel
Poivre
20 cl de crème fraîche liquide
Huile d'olive

Préparation

Mode dorer

Versez l'huile d'olive dans la cuve et faites revenir les morceaux de dinde .
Ajoutez les oignons pour les faire dorer puis c'est au tour des champignons
Salez et poivrez selon votre convenance. Versez les spaghettis coupées en 2 dans la cuve
Recouvrez les ingrédients d'eau

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 4 mn le temps indiqué sur le paquet de spaghettis divisé par 2
Quand la cuisson est finie ajoutez la crème fraîche et la moutarde .
Servez chaud

Spaghettis steaks hachés tomates

Cookeo Moulinex

Spaghettis steaks hachés tomates

Ingrédients pour 4 personnes

240 g de spaghettis
4 steaks hachés
1 boite de tomates pelées
Huile d'olive
Sel
Poivre
300 ml d'eau
1 cube de bouillon de bœuf

Préparation

Mode dorer

Découpez les steaks hachés en morceaux et faites des boulettes puis faites les revenir dans l'huile d'olive.
Versez le contenu de la boite de tomates pelées dans la cuve.
Salez et poivrez selon votre convenance.
Coupez les spaghettis en 2 et déposez les dans la cuve .
Versez l'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez le temps indiqué sur le paquet de spaghettis divisé par 2 pour mon cas 4 mn

Servez chaud

Spaghettis steaks hachés moutarde

Cookeo Moulinex

Spaghettis steaks hachés

cookeorecettes JP Rousseau

Ingrédients pour 5 personnes

5 steaks hachés

350 g de spaghettis

2 cuillères à soupe de moutarde

Huile d'olive

Sel

Poivre

1 cube de bouillon de bœuf

Mode dorer

Versez de l'huile dans la cuve.

Coupez les steaks en morceaux et faites des boulettes pendant que l'huile chauffe.

Faites revenir les boulettes de steak. Ajoutez les spaghettis que vous avez coupées en 2.

Emiettez le cube de bouillon de bœuf dans de l'eau et versez dans la cuve. (500 ml environ)

Salez et poivrez.

Mode cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn (le temps indiqué sur le paquet de pâtes divisé par 2)

Quand la cuisson est terminée ajoutez les 2 cuillères à soupe de moutarde, mélangez et servez chaud.

Spaghettis Bourguignone

Cookeo Moulinex

Spaghettis bourguignonne

Ingrédients pour 4 personnes

240 g de spaghettis
1 cuillère à soupe de moutarde
2 cuillères à café de concentré de tomates
Sel
Poivre
300 g de viande à bourguignon
200 g de carottes congelées
200 g de champignons de Paris congelés
100 g d'oignons congelés
1 verre de vin rouge
300 ml d'eau
Huile d'olive
1 cube de bouillon de bœuf

Mode dorer

Versez de l'huile dans la cuve puis faites revenir les oignons et les morceaux de viande.
Ajoutez les carottes et les champignons de Paris.
Versez le verre de vin rouge et un bouillon (200 ml d'eau et un cube de bouillon de bœuf)
Poivrez. Ajoutez une cuillère café de concentré de tomates.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Faites cuire dans un premier 10 mn, la viande, les carottes, les oignons, les champignons.
Ouvrez votre cookeo quand les 10 mn sont terminées puis ajoutez les spaghettis coupées en 2 avec 100 ml d'eau.

Programmez à nouveau le cookeo pour 5 minutes de cuisson rapide.(temps de cuisson des spaghettis indiqué sur le paquet divisé par 2)

Servez chaud .

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

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

Spaghettis bolognaise maison➽➽➽

Cookeo

Spaghettis bolognaise maison

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

400 g de spaghettis
250 g de champignons de Paris congelés
1 cube de bouillon de boeuf
1 verre de vin blanc
400 g de viande hachée congelée
Poivre
2 cuillères à café de concentré de tomates

Déposez les champignons , puis la viande hachée, Cassez les spaghettis en 2 et déposez les dans la cuve

Versez ensuite le verre de vin blanc et de l'eau (avec le cube de bouillon de boeuf émietté) pour couvrir les ingrédients.

"cuisson rapide 4 mn"
Ouvrez le cookeo et ajoutez 2 cuillères à soupe de concentré de tomates, mélangez et servez chaud

Spaghettis poulet courgettes

Cookeo

Moulinex

Spaghettis poulet courgettes

356 CAL 7 PP 11 SP

Ingrédients pour 4 personnes
600 g d'escalope de poulet
280 g de spaghettis
200 g de courgettes
100 g d'oignons
1 cube de bouillon de volaille
2 cuillères à soupe de crème fraîche
400 ml d'eau
Sel
Poivre
Huile d'olive

Préparation
Mode dorer
Faites revenir les oignons et la viande coupée en morceaux dans la cuve avec de l'huile d'olive.
Déposez les spaghettis coupées en 2 dans la cuve puis les courgettes .
Salez et poivrez selon votre convenance
Versez 400 ml d'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté.
Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 4 mn (le temps indiqué sur le paquet de spaghettis divisé par 2). Choisissez départ immédiat ou départ différé.
Ajoutez les cuillères de crème fraîche avant de servir
Servez chaud

https://www.facebook.com/cookeorecettes/ http://[illegible]-et-seglose.com/category/cookeo/ http://recettescookeo.net/

Spaghettis poulet olive

Cookeo

Moulinex

Spaghettis poulet olives

Ingrédients pour 4 personnes

400 g d'escalopes de poulet coupées en morceaux
240 g de spaghettis
100 g d'oignons congelés
1 cuillère à café d'ail déshydraté
100 g d'olives vertes dénoyautées
1 cube de bouillon de bœuf
300 ml d'eau
Huile d'olive
Sel
Poivre

Préparation

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve et faites dorer les morceaux de poulet. Faites dorer ensuite les oignons.
Ajoutez les olives vertes,l'ail déshydraté.
Salez et poivrez.
Cassez les spaghettis en 2 puis mettez les dans la cuve .
Versez 300 ml d'eau avec le cube de bouillon de bœuf

Mode cuisson rapide ou sous pression

Programmez 4 mn (le temps indiqué sur le paquet de pâtes divisé par 2
Servez chaud

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

Spaghettis rigolo

cookeo

Spaghettis rigolos

Sylvie Vuillemard

Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 250g de spaghettis crus coupés en 2
- 1 paquet de saucisses genres knakis coupés en morceaux de 5 cm
- sel

Transpercer de part en part les saucisses avec les spaghettis encore crus.
Tout mettre dans le cookeo.
Recouvrir d'eau
Mettre en cuisson rapide 10 min

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

Spaghettis fantaisie

cookeo

Spaghettis fantaisies

Pour 4 pers.
- 1 oignon
-1 bûche de chèvre frais
- 1/2 chorizo
-Une poignée de petits pois congelés
-1/2 boîte de spaghettis
-300ml de bouillon de légumes

Faire revenir les oignons.
Mettre les fromage, les spaghettis et le bouillon, cuisson rapide 7 mins.
Ajouter le chorizo , les petits pois et une pointe de crème fraîche, laisser mijoter 5 mins.

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

cookeo

Spaghettis bolognaise

Moulinex cookeo

Spaghettis bolognaise

Francine Devie

Ingrédients :

6 personnes

1kg de viande haché bolognaise
20cl de vin blanc
1 pot de sauce bolognaise (380gr)
2 oignons
3 gousses d ail
500gr de spaghettis
sel poivre
une pincée piment espelette 1cas de farine

Mettre les spaghettis dans le Cookéo les couvrir d eau cuire en mode riz blanc 4mn,a la fin egoutez et rincez a l eau froide reserver ,

Passer en mode dorer mettre une cas d huile d olive ajouter oignons l'ail et la viande dorer environ 5mn

Ajoutez la sauce bolognaise la cuillere a soupe de farine et le vin blanc ,fermez passez en cuisson rapide 4mn .
et voila bon app

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

Souris d'agneau à ma façon

Moulinex cookeo

Souris d'agneau à ma façon

Line Bordas

Ingrédients :

Pour 2 personnes

2 souris d'agneau
4 gousses d'ail
2 oignons émincés
1 c. à soupe de fond de veau
2 c. à soupe de miel
1 c. à soupe vinaigre balsamique
2 c. à soupe d'huile d'olive
200 ml d'eau

En mode "dorer".
Faire revenir les souris d'agneau, quand elles sont bien colorées y ajouter les oignons et laisser blondir. Ajouter le miel et le vinaigre balsamique. Laisser caraméliser.

Arrêter de dorer. Ajouter l'eau, le fond de veau, les gousses d'ail non pelées.
En mode "fonction rapide" mettre 25 de cuisson.

(moi mes souris n'étaient pas grosses donc peut être qu'il faudrait plus de temps suivant leurs tailles...)

Sot l'y laisse de dinde aux carottes

Sotty-l'y laisse de Dinde aux carottes

proposée par Jean-Claude Lyonne

Ingrédients

pour 4 pers.
500 gr de Sotty-l'y laisse de dinde
150 g de champignons forestier
sel poivre
400 ml de bouilon de volaille
100 ml de vin blanc
900 g de carottes
creme fraiche
farine

Le résultat : c'était trop bon, les enfants ont apprécié, il n'en restait pas une miette !!

Fonction manuelle : dorer
Avec un peu de beurre faire dorer ail, persil, oignon
Ajouter 500gr de Sotty-l'y laisse de dinde (nous sommes des petits mangeurs de viande!)
faire dorer 4 bonnes minutes de chaque côté
Ajouter 150gr de champignons forestier, faire dorer en remuant 2 à 3 minutes
Sel, poivre Mettre en mode cuisson
Ajouter 400ml de bouillon de volaille et 100ml de vin blanc
Ajouter 9OOgr de carottes
On mélange Fermer le cookéo Cuisson 8 minutes A la fin de la cuisson : réserver les légumes et la viande sur un plat et ajouter crème fraîche épaisse (20CL) et 2 cuillère à soupe de farine pour lier la sauce, ajouter si nécessaire sel et poivre. bon appetit

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

Sot l'y laisse de dinde

Moulinex cookeo

Sot l'y laisse de dinde

aux pommes de terre et chou fleur

Marie-paule Faverie-vauclin

Ingrédients :

Pour 2 à 3 pers :
- 6 sot l'y laisse de dinde
-150mlde bouillon de volaille
-4 pommes de terre crue (coupées en dés)
-6 tête de choux fleur surgelé
-oignon surgelé
- 2 carottes coupées en rondelles
-2à3 cas de maizena
- un peu de vin
-une boite de champignon

mettre le cookeo en mode dorer

faire revenir les oignons la viande coupé en dés
ajouter les champignons et les carottes
faire dorer le tout 8 min
ajouter un peu de vin blanc
mouillé avec le bouillon
ajouter les pommes de terre et le chou fleur
fermer le cookeo mettre en cuisson rapide 10 min
en fin de cuisson prendre le jus le laisser refroidir
un peu l'epaissir avec la maizena selon votre gout
puis le remettre dans le cookeo
c'est pret bon appetit

STEAKS HACHES

Steaks hachés pommes de terre

Moulinex cookeo

Steaks hachés

Audrey Aleera Loiseau

Pommes de terre / Haricots verts

Ingrédients :

Pour 4 personnes

5 ou 6 pommes de terres
2 oignons
4 steaks hachés
1 briquette de crème semi épaisse
1 pot de sauce Bénédicta au curry (ou curry en poudre selon votre goût)
Haricots verts
Herbes de provence
Sel

Mettre en mode dorer, faire dorer l'oignon quelques min puis ajouter les pommes de terre coupées. Faire dorer 1 min. Arrêter de dorer puis ajouter les steaks hachés coupés en morceaux, la sauce curry mélanger à la crème, les herbes de provence et le sel. Passer en mode cuisson rapide 5 min, une fois la cuisson terminé ouvrir le cookéo, mélanger délicatement, ajouter les haricots verts et remettre en cuisson rapide 5 min. C'est prêt.

Steaks hachés moutarde

Cookeo

Moulinex

Steaks hachés moutarde

Ingrédients pour 4 personnes

4 steaks hachés
2 cuillères à soupe de moutarde
2 cuillères à soupe de crème fraîche
1 cube de bouillon de bœuf
200 ml d'eau
Sel
Poivre
1 verre de vin blanc
Huile d'olive

Préparation

Mode dorer

Faites dorer les oignons dans la cuve avec l'huile d'olive
Ajoutez les steaks hachés .
Versez le vin blanc et le bouillon composé de 200 ml d'eau et le cube de bouillon de bœuf émiétté.
Salez et poivrez.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 3 mn

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

Steaks hachés courgettes

cookeo

steacks hachés/courgettes

3 steacks hachés
2 courgettes crues
1/2 petite boîte de concentré de omate
1 oignon
1 petite boîte de champignons
el, poivre, ail en poudre,curcuma

Faire revenir les oignons émincés et les courgettes coupées.
Ajouter les steacks et les champignons, env. 8 mins.
Ajouter l'eau, le concentré de tomates et les aromates, cuisson rapide 2 mins.

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

Steaks hachés pommes de terre

cookeo

Steack haché, pommes de terre

Ingrédients pour 2/3 personnes :

8 pommes de terre (650gr) en morceaux
3 steack hachés coupés en morceaux
300 ml d'eau
3 cuillères à café de fond de veau
1/2 boite de concentré de tomates
Sel
Sauceline (facultatif)

Préparation :

En mode dorer, faire revenir les pommes de terre pendant 5 minutes.
Ajouter la viande, l'eau, le fond de veau, le concentré de tomates, le sel.
Fermer le couvercle et faire cuire 8 minutes en mode cuisson rapide.
A la fin de la cuisson, rajouter un peu de sauceline pour une sauce plus onctueuse.

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

cookeo

Steaks hachés aubergines courgettes

Moulinex cookeo

Steak haché

aux aubergines et aux courgettes

Aurelie Alcaraz

Ingrédients :

Pour 5 a 6 pers:

5 steaks hachés,
2 belles aubergines
4 courgettes,
1 boite de tomate pelee,
1 oignon,
sel poivre huile,
1 brique de creme liquide

Couper les legumes en gros cube et le steak hache en morceaux,

en mode dorer faire dorer l'oignon et les légumes environ 3 min et ajouter la viande et les tomates et continuer a dorer 2 a 3 minutes,

ajouter une brique de crème liquide de 25cl et bien mélanger et mettre en cuisson rapide 8 min et c'est prêt,

j'ai accompagner d'un riz basmati et pour ceux qui aime le piment on peut en mettre a l'assiete dans le plat en sauce

Steaks hachés haricots verts

Ingrédients pour 5 personnes

5 steaks hachés
500 grammes de haricots verts
1 gros oignon
Sel poivre
400 ml d'eau
1 cube de bouillon de bœuf
Persil coupé déshydraté
Huile d'olive

Préparation

Mode dorer

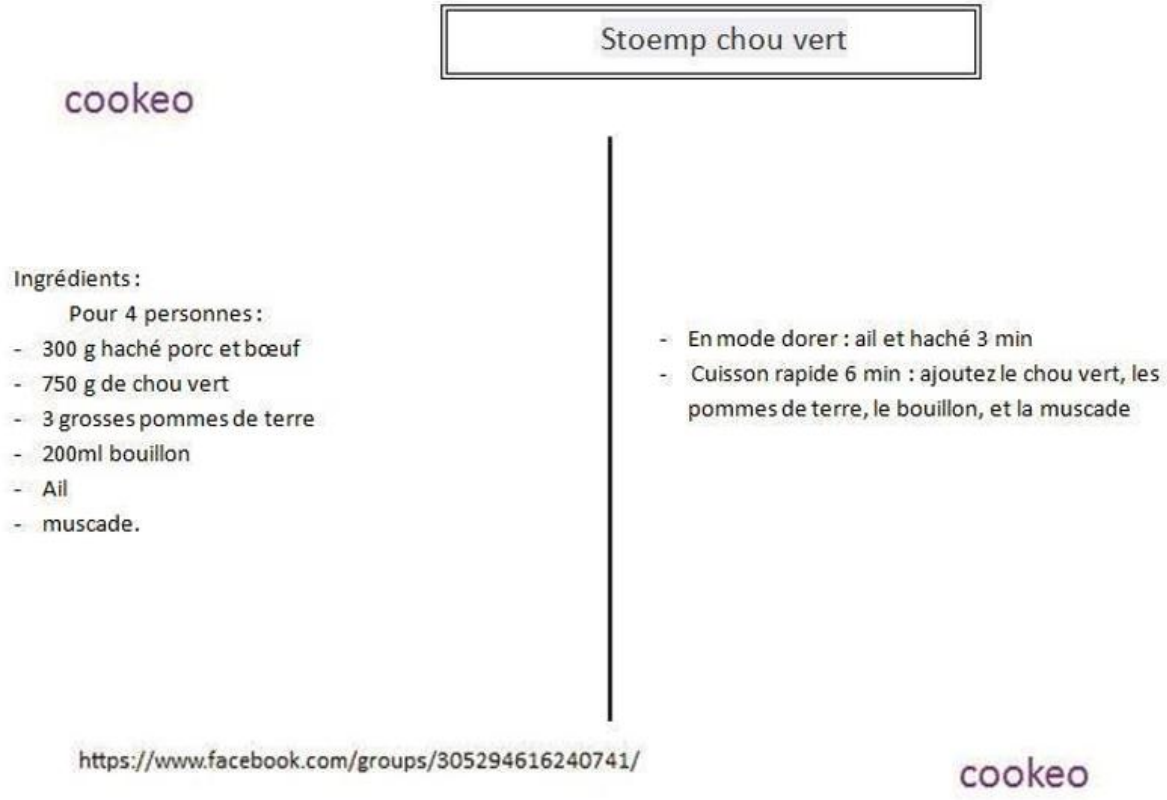
Versez de l'huile d'olive dans la cuve et faites revenir les steaks hachés
Au bout de 2 minutes ajoutez les oignons pour faites dorer
Ajoutez les haricots verts
Saupoudrez de persil ,salez et poivrez selon votre convenance
Verser l'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 5 minutes
Servez chaud

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

Stoemp chou vert



Tacos au bœuf

tacos au bœuf

	2	4	6
Viande de bœuf hachée	250 g	500 g	750 g
Oignons émincés	100 g	150 g	200 g
Sauce Salsa pour tacos	15 g	30 g	45 g
Tomates pelées en conserve	200 g	400 g	600 g
Huile d'olive	2 cc	1 cs	1 cs
Eau	5 cl	5 cl	5 cl
Feuilles de laitues hachées			
Fromage rapé			
Sel et poivre			
Cumin en poudre			
Tortillas pour tacos	4	8	12

Préparation : 8 mn Cuisson : 5 mn

Préparation :
Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage
Faire dorer la viande et l'oignon pendant 3 min.
Mélanger pour casser les morceaux de viande.
Arrêter de dorer.
Ajouter les tomates et l'eau.
Mélanger pendant 1 minute.
Assaisonner
Cuisson
Apres la cuisson
Garnir les tortillas pour Tacos
Ajouter la salade et du gruyère.
Servir !

Tartiflette express

cookeo

Tartiflette express

L'Elfe Celte

Ingrédients :

Pour 4 personnes
- 1,5 kilos de pommes de terre pas trop petite
- 20 cl de créme liquide 30% MG
- oignon + ou - selon votre gout
- 250 grs de lardons
- fromage à tartiflette ou à raclette selon les gouts
- 1 c à soupe huile d'olive
- sel poivre

Eplucher et couper en rondelle les pommes de terre (rondelle environ 5mm d'épaisseur pas plus grosse sinon le temps de cuisson plus long et pas plus fine sinon ca deviendra de la purée) ensuite mettre à dorer les oignons et les pommes de terre dans l'huile, puis ajouter les lardons et la créme, sel et poivre.
Fermer le cookéo et mettre à cuire rapide 12 mn, à la fin de la cuisson ouvrir le cookeo et mettre les morceau de fromage puis remettre en position "rechauffer" durant 3 mn pour faire fondre le fromage.

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

cookeo

Tartiflette

Ingrédients

pour 8 personnes

1,5 kg Pommes de terre

180g lardon allumette fumé

80 g oignon surgelé

fromage a tartiflette grand format 495g

je fais cuire mes pommes de terre au cookeo a l'avance pour qu'elle soit froide lors de la découpe (évite d'avoir de la purée),

je passe en mode dorer, je dore une barquette de lardon allumette fumé et des oignons surgelés (quantité selon les gouts),

je réserve , après c'est tout simple , une couche de pomme de terre en rondelle, une couche de lardon/oignon, et une couche de fromage a tartiflette ou reblochon ,

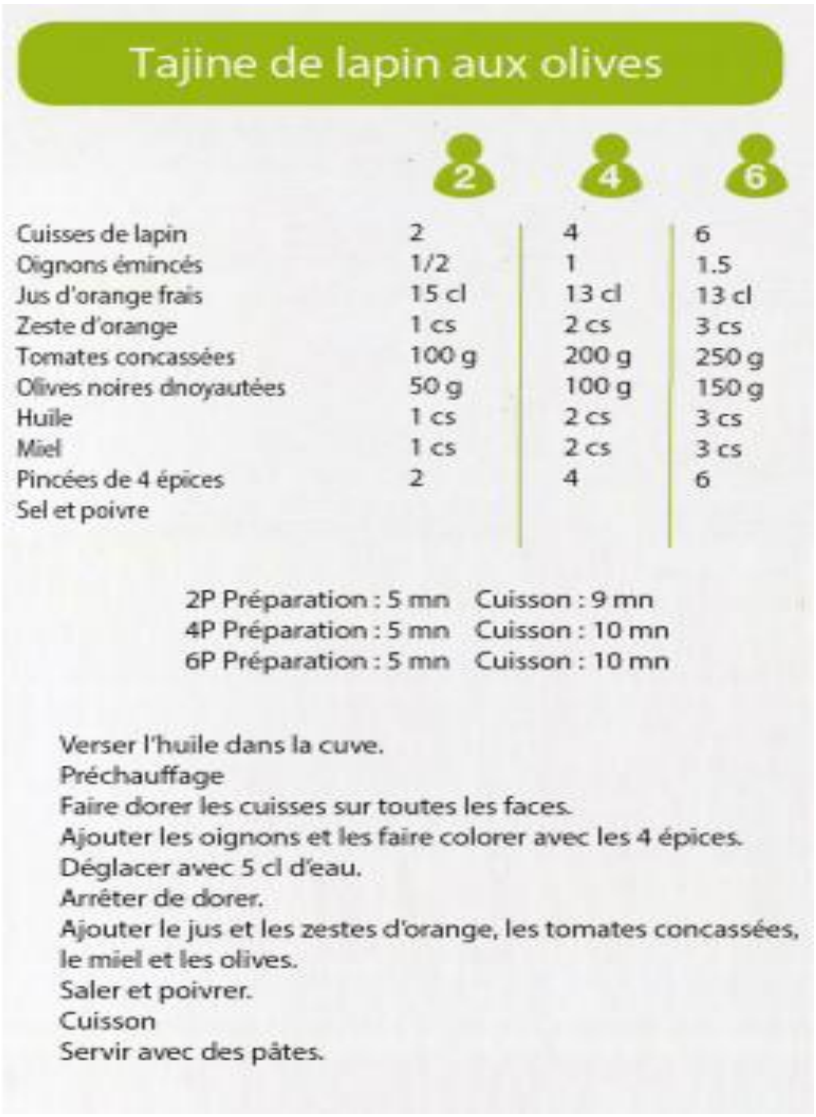
et je recommence jusqu'à ce que je n'ai plus rien , faire attention de ne pas dépasser quand même la limite du cookeo .

nous on était 8 personnes et j'ai fais 1kg500 de pomme de terre, 180g de lardon, 80g d'oignon,et un fromage a tartiflette grand format de 495g,

après avoir tout mis je passe en mode cuisson et le préchauffage aidant je cuit tout ça a peine 5min !! pour info : mon cookeo ne s'est pas mis en erreur a cause d'un manque d'eau éventuelle mais je pense que pour un temps de cuisson plus long ça devrait sonner !

TAJINE

Tajine de lapin aux olives



Tajine de lapin aux olives

	2	4	6
Cuisses de lapin	2	4	6
Oignons émincés	1/2	1	1.5
Jus d'orange frais	15 cl	13 cl	13 cl
Zeste d'orange	1 cs	2 cs	3 cs
Tomates concassées	100 g	200 g	250 g
Olives noires dnoyautées	50 g	100 g	150 g
Huile	1 cs	2 cs	3 cs
Miel	1 cs	2 cs	3 cs
Pincées de 4 épices	2	4	6
Sel et poivre			

2P Préparation : 5 mn Cuisson : 9 mn
4P Préparation : 5 mn Cuisson : 10 mn
6P Préparation : 5 mn Cuisson : 10 mn

Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage
Faire dorer les cuisses sur toutes les faces.
Ajouter les oignons et les faire colorer avec les 4 épices.
Déglacer avec 5 cl d'eau.
Arrêter de dorer.
Ajouter le jus et les zestes d'orange, les tomates concassées, le miel et les olives.
Saler et poivrer.
Cuisson
Servir avec des pâtes.

Tajine de légumes

Tajine de ma copine

Tajine citron confit

cookeo

Tajine de poulet aux citrons confits et olives

Geraldine da Camara

Ingrédients

Pour 4 personnes :

- 4 cuisses de poulet
- 2 oignons
- 1 c de gingembre
- coriandre
- sel
- poivre
- curcuma
- bouillon de poule
- 2 citrons confits

En mode dorer faire revenir les oignons et les cuisses de poulet
Ajouter ensuite une bonne cuillère de gingembre moulu, de la coriandre sel poivre et curcuma
Ajouter du bouillon de poule et mouiller a hauteur
Ajouter deux citrons confits préalablement coupes et deux bonnes poignées d'olives
Cuisson rapide 20minutes

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

cookeo

Tajine poulet citron confit

Moulinex cookeo

Tajine de Poulet au citron confit

Aurélie Garcia

Ingrédients :

Pour 4 Pers

- 4 cuisses de poulet
- 2 oignons blancs émincés
- 2 gousses d'ail
- 2 citons confits
- 1 pincée de safran
- 1 cc de gingembre
- 1 cc de curcuma
- 1 cs de coriandre
- 1 cs de cumin
- 150 gr d'olives vertes
- 4 pommes de terres coupées en morceaux
- 3 carottes en rondelles
- 2 cs d'huile d'olive
- 350 ml d'eau
- sel, poivre

Rincez les citrons confits a l'eau froide et coupez-les en petits quartiers. Rincez et égouttez les olives.
Mettre en position dorage, avec l'huile d'olive faire revenir 5 mn les cuisses de poulets avec les oignons et les épices.

Ajoutez les pommes de terres, les carottes,l'ail écrasé, les citrons, les olives, sel, poivre, puis 350 ml d'eau.

Passer en cuisson rapide 15 mn. On peux accompagner le tajine de semoule.
Bon apétit !

Tajine poulet pommes de terre carottes

cookeo

Tajine de poulet pommes de terre et carottes

Carole Trichet

Ingrédients :

pour 4 personnes:
- 500 g aiguillettes de poulet
- 6/7 pommes de terres coupées en morceaux
- 4 grosses carottes coupées en petits tronçons
- 1 oignon émincé
- Raisins secs(quantité à adapter selon les goûts)
- 2 cas d'épices à tajine marocain ducros
- Coriandre déshydratée
- Persil
- 250 ml de bouillon de volaille

Tout mettre dans la cuve et cuisson rapide 8 min

cookeo

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

Tajine de saumon

Tajine de Saumon

proposée par Abdel Alaoui

Ingrédients

- 2 pavés de saumon
- 100g de petits pois gourmands
- 150g de citrouille
- 1 carotte
- 1 courgette
- Persil plat
- Sel et poivre ,paprika

Couper en morceau la courgette , la citrouille ,la carotte l'ajouter dans le cookeo , ajouter de l'huile d'olive , du paprika , assaissonnez vos saumons de sel poivre et les ajouter sur les legumes. ajouter de l'eau cuisson rapide 6mn ajouter les petits pois (deja precuit) le persil plat

servez et degustez !

Tajine de veau à ma façon

Moulinex cookeo

Tajine de veau à ma façon

Nathalie Gauthier

Ingrédients :

Pour 6 personnes
1kg de cubes de veau (j'ai acheté un roti que j'ai taillé en cubes),
2 poivrons rouges,
2 poivrons verts,
1 gros oignon,
2 courgettes,
3 carottes,
3 tomates bien mûres et épluchées,
6 pommes de terre moyennes coupées en cube,
une pincée de safran,
de la canelle en poudre (l'équivalent d'une petite cuillère à café),
du sel, du poivre,
250 ml d'eau mélangée à un cube de "bouillon de légumes méditerranéens" de knorr

En position manuel "doré"

faire revenir la viande une fois colorée l'a retiré et rajouter l'oignon, les poivrons coupés en petits faire un peu grillé c'est ce qui donnera le gout

rajouter les carottes et les courgettes coupées en rondelles continuer a dorer 5 minutes puis remettre la viande les tomates coupées grossièrement le bouillon et les aromates et ajouter les pommes de terre

Mélanger et mettre en cuisson pendant 15 mns bonne appétit

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

Tajine d'agneau

Moulinex cookeo

Tajine d'agneau

Agnes Souty

Ingrédients :

Pour 6 personnes :

Agneau épaule(1,500 avec os)
2 aubergines
3 carottes
2 petites courgettes
12 abricots secs
1 CàS de gingembre
1 CàS de cumin
1 CàS de safran
1 CàC de cannelle ou 1 baton
2 oignons ou l'équvalent en surgelé
Sel et poivre

En Mode manuel > Fonction dorer

Faire revenir l'agneau coupé en cube avec l'oignon
(j'ai arrêté à la fin du préchauffage)

Rajouter toutes les épices,le sel,le poivre, les abricots (ils peuvent être trempés dans l'eau pour les ramollir si ils sont trop sec)et les légumes.

Mélanger ajouter 50cl d'eau et mettre en cuisson rapide pendant 15min.

Voilà c'est prêt et délicieux

Tajine de kefta pommes de terre et poivrons

Moulinex cookeo

Tajine de kefta pomme de terres et poivrons

Karine Mathieu Boukansa |

Ingrédients :

pour la kefta :
500 g viande hachée
1/2 oignon haché,
1 petit bouquet de coriandre haché,
1/2cc sel 1/2 poivre
1/2 cumin
1cc paprika
1pincee canelle
1 pincee piment d'espelette
1 oeuf.

Pour la kefta tout melanger (moi je mixe tout) et faconner des boulettes de 3 cm de diametres (vous pouvez préparer à l'avance et congeler.

Faire dorer pommes de terre et oignon puis rajouter les legumes les épices et l'eau, mélanger, déposer les boulettes de kefta, fermer 3 minutes mode cuisson rapide (5 minutes si la viande et les poivrons congelés)

1kg de pomme de terre coupées en 4
4 poivrons moyens coupés en lamelles
1 oignon haché,
1 bouquet de coriandre haché,
2cs ail en poudre ou 2 gousses écrasées, 1cc sel 1/2 cc poivre
1/2cc gingembre
1cc curcuma
1 pincee de piment d'espelette
1cc concentré de tomate 30cl d'eau.

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

Tajine au poulet et aux pruneaux

Moulinex cookeo

Tajine au poulet et pruneaux

Syl Vie

Ingrédients :

pr 6 pers.
1,2 kg de poulet en émincé
250 gr de pruneaux
1 poignée de raisins secs
50 ml huile d'olive
2ml gingembre en poudre
2ml sel
1 tube safran
5 ml cannelle en poudre
zeste d'1/2 citron
2 oignons émincés
300 ml d'eau avec 3 cuillères à café de fond de veau.
30 ml de miel.

Tout mettre dans le cookéo , bien mélanger.
mettre en cuisson rapide 10 minutes.
faire la semoule à part.
régalez vous bien !!!

Tajine de lapin au safran

Tajine boulettes de boeuf et blé

Tajine de boulettes petits pois courgettes

Moulinex cookeo

Tajine de boulettes petit pois et courgette

Stef Fany

Ingrédients :

Pour 4 personnes

4 boulettes par personnes
400g de petit pois surgelés
3 courgettes
1 boite de pulpe de tomate
coriandre et cumin

Faire dorer les boulettes avec des oignons (ou échalottes pour ceux qui n'aiment pas)
le coriandre et le cumin - 3 à 4mn
ajouter les petits pois et la tomate et mettre en cuisson rapide 6mn
couper les courgettes en morceaux et remettre en cuisson rapide 3mn
Réassaisonner selon les goûts.

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

Tajine de poulet au citron confit

Moulinex cookeo

Tajine de Poulet au citron confit

Aurélie Garcia

Ingrédients :

Pour 4 Pers

- 4 cuisses de poulet
- 2 oignons blancs émincés
- 2 gousses d'ail
- 2 citons confits
- 1 pincée de safran
- 1 cc de gingembre
- 1 cc de curcuma
- 1 cs de coriandre
- 1 cs de cumin
- 150 gr d'olives vertes
- 4 pommes de terres coupées en morceaux
- 3 carottes en rondelles
- 2 cs d'huile d'olive
- 350 ml d'eau
- sel, poivre

Rincez les citrons confits a l'eau froide et coupez-les en petits quartiers. Rincez et égouttez les olives.
Mettre en position dorage, avec l'huile d'olive faire revenir 5 mn les cuisses de poulets avec les oignons et les épices.

Ajoutez les pommes de terres, les carottes,l'ail écrasé, les citrons, les olives, sel, poivre, puis 350 ml d'eau.

Passer en cuisson rapide 15 mn. On peux accompagner le tajine de semoule.
Bon apétit !

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

Tajine poulet merguez

Moulinex cookeo

Tajine de poulet et merguez

Caroline Lafarge

Ingrédients :

Pour 3 pers. :

3 hauts 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 tagine ducros,
1 cub'or,
1 boite moyenne de dés de tomates,
2 verres d'eau.

Mode doré : 5 min : poulet + oignon.
Ajouter le reste des ingrédients.
Mélanger.
Cuisson rapide 15 min.
Rapide et délicieux avec de la semoule !

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

Tajine agneau abricots

cookeo

Tajine d'agneau aux abricots secs et amandes

Lilou Moultipass

Ingrédients :

Pour 4 personnes
- 500g d'épaule d'agneau en cubes
- 1 oignon haché
- 2 gousses d'ail hachées
- 700 ml de bouillon de veau
- 2 c à s d'huile d'olive
- le jus d'1 orange + zeste rapé
- 200g d'abricots secs
- 1 c à s de miel
- 1 c à s de cannelle en poudre
- 3 c à s de menthe fraiche hachée
- 1 c à s bombée d'épices à tajine
- 25 g d'amandes entières

Mettre en mode doré, mettre l'huile d'olive une trentaine de secondes, ajouter l'agneau.
Laisser cuire durant 4 min sans cesser de remuer avec une cuillère en bois. Retirer l'agneua et reserver.
Remettre de l'huile d'olive, ajouter l'oignon, l'ail haché, laisser dorer 2/3 mn sans cesser de remuer. Verser l'equivalent d'une louche de bouillon. Remuer puis ajouter l'agneau, le bouillon, le zeste et le jus d'orange, la canelle, le mile, sel, poivre et les épices à Tajine. Remuer.
Cuisson rapide 25 min.
Ajouter ensuite les abricots, les amandes et la menthe.
Cuisson rapide 5 min

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

cookeo

Tajine de veau

Moulinex cookeo

Tajine de veau à ma façon

Nathalie Gauthier

Ingrédients :

Pour 6 personnes
1kg de cubes de veau (j'ai acheté un roti que j'ai taillé en cubes),
2 poivrons rouges,
2 poivrons verts,
1 gros oignon,
2 courgettes,
3 carottes,
3 tomates bien mûres et épluchées,
6 pommes de terre moyennes coupées en cube,
une pincée de safran,
de la canelle en poudre (l'équivalent d'une petite cuillère à café),
du sel, du poivre,
250 ml d'eau mélangée à un cube de "bouillon de légumes méditerranéens" de knorr

En position manuel "doré"

faire revenir la viande une fois colorée l'a retiré et rajouter l'oignon, les poivrons coupés en petits faire un peu grillé c'est ce qui donnera le gout

rajouter les carottes et les courgettes coupées en rondelles continuer a dorer 5 minutes puis remettre la viande les tomates coupées grossièrement le bouillon et les aromates et ajouter les pommes de terre

Mélanger et mettre en cuisson pendant 15 mns bonne appétit

Tajine agneau poulet

Tajine d'agneau et poulet

Douceline Vamecq

Ingrédients :

pour 6 personnes :

3 filets de poulet ou des pilons
3 tranches de gigot d'agneau, ici j'ai pris des côtes
4-5 grosses carottes
2 courgettes
1 poivron
1 oignon
sel, cumin, coriandre, safran et un sachet épices pour paella.
200 ml d'eau

1. Découper les viandes en gros cubes et les mettre dans le cookéo en mode "dorer". Ajouter les épices et dorer quelques minutes.

2. Nettoyer et découper les légumes en tronçons, les carottes en rondelles. Les ajouter dans le cookéo. Ajouter l'eau.

3. Cuisson rapide pour 10 min.

5. Servir avec de la semoule de blé aux raisins secs.

Bonne dégustation !!

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

Tajine aux merguez

Moulinex cookeo

Tajine aux merguez

Douceline Vamecq

Ingrédients :

pour 4 pers :

5 - 6 merguez (selon les goûts,optez pour des épicées ou plus douces)
3 grosses carottes en rondelles
1 poivron
1.2 kg de petites pommes de terre à chair ferme
1 brique de passata de tomates
coriandre
cumin

Couper les merguez en petits tronçons, préparer et nettoyer les pommes de terre et les légumes, placer le tout dans le cookéo.

Epicer et mettre en cuisson rapide pour 15 min.

Bonne dégustation !!

Tajine agneau merguez

cookeo

Tajine agneau et merguez

Cristel Fouinat

Pour 4 personnes

6 merguez
2 tranches de gigot d'agneau
3 carottes
1 poivron
1 tomate
1 oignon
1 courgette
20 raisins secs
6 abricots moelleux
Epices pour Tajine
1 cuillère a café de cumin
1 tomate

Faire dorer les merguez coupées en 3, avec le tranches de gigot coupées en morceaux.
Couper les carottes en rondelles et les mettre dans la cuve.
Couper le poivron en lamelle, émincer l'oignon pour les mettre dans la cuve.
Ajouter la courgette et la tomate coupées en petit dés.
Ajouter les raisins et les abricots.
Ajouter les epices et le cumin.
Ajouter 50 cl d'eau avant de lancer la cuisson en mode cuisson rapide pendant 15 minutes.
Plat à servir avec de la semoule épicée.

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

cookeo

Tagliatelles aux légumes

cookeo

tagliatelles fraîches aux légumes/lardons

-2carottes émincées
-1/2 poivron vert
-1 courgette
-300g de lardons
-250 g de tagliatelles fraîches
-300ml de bouillon

Faire revenir les légumes et les lardons.
Ajouter les tagliatelles et le bouillon.
Cuisson rapide 3 minutes.

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

cookeo

Tortellini à la tomate et au bacon

Moulinex cookeo

Tortellini à la tomate et au bacon

Céline Pouchin

Ingrédients :

Pour 4 personnes
250 g de tortellini SECS
1 boîte de tomate concassée
10 tranches de bacon
1 tablette de bouillon de légumes diluée dans 250 ml d'eau
Epices au choix (italiennes, basilic...)
Sel poivre.

Faire revenir les tranches de bacon entières en mode dorer quelques minutes. Rajouter les reste des ingrédients et passer en mode cuisson rapide pour 8 minutes.

A décliner selon les envies, moi j'ai rajouté du parmesan dans mon assiette, excellent et très rapide. L'avantage avec les pâtes sèches, c'est qu'on en a toujours un paquet dans le placard !

Tortillini au fromage

Moulinex cookeo

Tortellini au fromage

Caroline Matthéo Timéo Caron

Ingrédients :

Pour 3/4 personnes

250g de tortellini (au fromage)
200 ml de creme liquide
20 ml d'huile d'olive
40g de gruyere rapé ou de parmesan
sel, poivre

Mettre tous les ingrédients dans la cuve et bien melanger,

lancer en cuisson rapide pour 3 minutes (c'était indiqué 2min mais c'était pas assez cuit, je pense que 3 min ca devrait etre bon).

bon appetit

TOMATES FARCIES

Tomates farcies jambon vache qui rit

cookeo

Tomates farcies riz jambon Vache qui rit

Lilou Moultipass

Ingrédients :

Pour 4 personnes:

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

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

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

cookeo

Tomates farcie 2

Moulinex cookeo

Tomates farcies

Gigi la Brune

Ingrédients :

Pour 4:personnes

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

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

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

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

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

Tomates farcies

Cookeo

Tomates farcies

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

8 tomates
400 g de chair à saucisse
1 cube de bouillon de boeuf
200 ml de vin blanc
Sel
Poivre

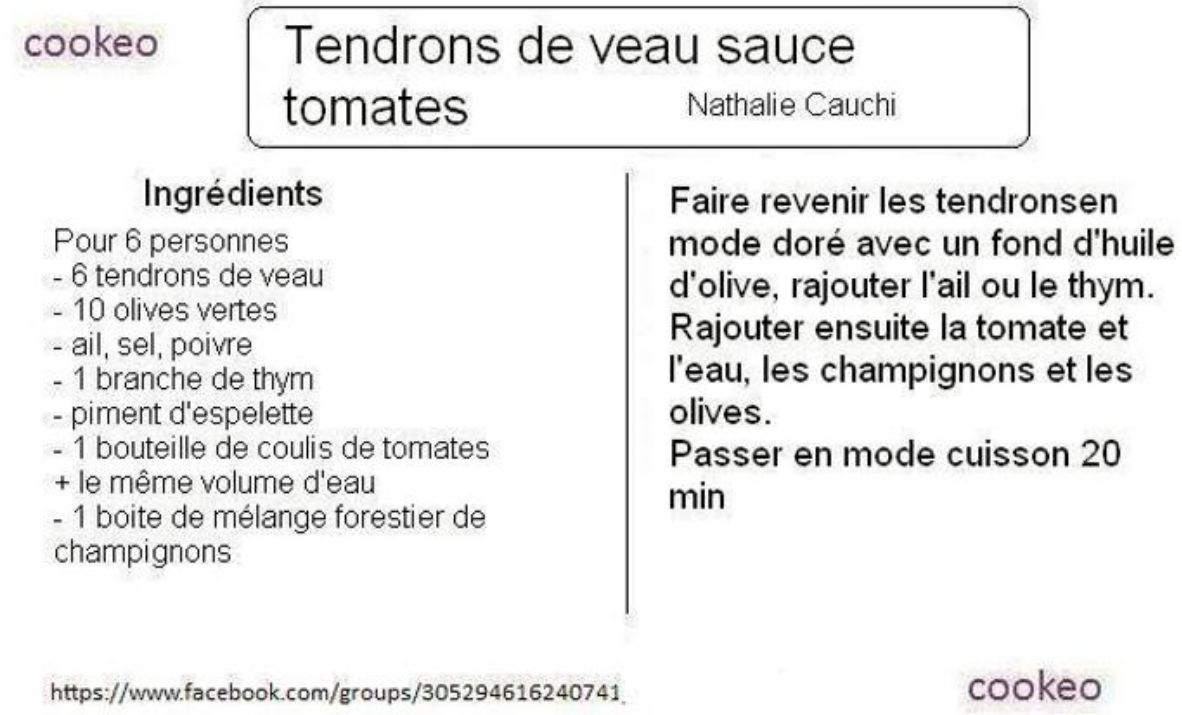
Coupez les tomates faites des chapeaux. Creusez les tomates et recupérez la chair pour la mélangez avec la chair à saucisse. Salez et poivrez.
Garnissez vos tomates avec la préparation chair à saucisse et tomates.
Placez les tomates dans la cuve du cookeo (calez les) .

Versez un bouillon que vous avez préparé avec de l'eau ,le vin blanc et le cube de bouillon de boeuf.
Passez en cuisson rapide 10 mn . Servez chaud.

Tomates farcies

Tomates farcies façon Kebab

Tendrons de veau sauce tomate



Tortillas au bœuf

Tortilla au boeuf

	2	4	6
Boeuf haché	350 g	700 g	1,1 kg
HAricots rouges cuits	50 g	100 g	150 g
Oignons émincés	50 g	100 g	150 g
Poivrons vert, émincés	75 g	150 g	225 g
Concentré de tomate	1 cc	2 cc	3 cc
Chebdar ou mimolette, râpé	75 g	150 g	225 g
Mélange d'épices Tex-Mex	1 cc	2 cc	3 cc
Huile végétale			
Tortilla de 20 cm de diamètre	2	4	6
Feuille de laitue	2	4	6

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

Préparation :
Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage
Ajouter les poivrons et les oignons, les attendrir quelques minutes.
Arrêter de dorer
Ajouter le concentré de tomate, les haricots, la viande, les épices.
Saler.
Bien mélanger.
Cuisson
Ajouter le fromage.
Mélanger.
Garnir les tortilla de laitue puis de la préparation.

Tournedos au Boursin

cookeo

Tournedos au boursin

Anthony Durand

Ingrédients :

Pour 2 personnes :
- 2 tournedos
- 2 cuillères a soupe de creme fraiche
- 2 portions de bousin
- 1 oignon
- 4 pommes de terre
- 250ml d eau

En mode dorer : mettre l'oignon, les tournedos avec filet huile d olive
Mettre la creme fraiche avec lecboursin et 250ml d'eau puis les pommes de terre coupées en 4
Cuisson rapide 10min.

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

cookeo

Tripes sauce tomate

cookeo

Tripe à la sauce tomate

Pblv Pblv

Ingrédients :

Pour 6 personnes :

- Environs 1 kg de tripes
- 2 carrottes
- 1gousse d ail
- 1 oignon
- 2 clous de girofles
- 1 brique (grande) de coulis de tomate
- 1 boite de concentree de tomate
- 7 pommes de terre
- Un peu de sucre
- 2 cc paprika doux
- Une pince de muscade
- Sel poivre et 1 verre d eau

Mettre de l eau dans la cuve et ajouter les tripes
Cuisson rapide 10min
Les egouter et mes couper en morceaux
Couper en rondelles vos carrottes et emincre l ail piqué de 2 clous de girofle l oignon.

Mettre tout dans la cuve ajouter coulis concentree de tomate noix de muscade etc..
pour le sucre a vous doser pour enlever un peu l aciditer du coulis fermer cuisson rapide 35 min
Couper vos pommes de terre en morceaux et les mettre avec les tripes cuisson rapide 5 min

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

cookeo

Travers de porc aigre doux

Travers de porc aigre doux

	2	4	6
Travers de porc, coupés en rectangle	400 g	800 g	1,2 kg
Vinaigre de riz	2 cs	4 cs	6 cs
Sauce soja	2 cs	3 cs	4 cs
Huile d'arachide	2 cs	4 cs	6 cs
Oignons nouveaux émincés	1	2	3
Poivrons vert, émincés	1/2	1	1,5
Poivre			
Sucre	1 cs	1 cs	1 cs
Gingembre frais	1 cc	1,5 cc	2 cc
Jus d'orange	10 cl	10 cl	10 cl

Préparation : 10 mn Cuisson : 20 mn

Préparation :
Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage
Faire colorer les travers de porc sur toutes les faces (10mn)
Ajouter les oignons et les poivrons
Arrêter de dorer.
Ajouter la sauce soja, le vinaigre de riz, le sucre,
le jus d'orange et le gingembre.
Poivrer
Cuisson
Napper les travers de porc de la sauce, servir avec du
riz blanc .

Tripes

Moulinex cookeo

TRIPES

Céline Pouchin

Ingrédients :

Pour 4 personnes
800g de tripes blanchies
(coupées en petits morceaux)
2 oignons
3 carottes
1 cuillère à soupe de farine bombée
1 petite boite de tomate concentrée
2 verres de vin blanc
Sel/Poivre/beurre

Faire revenir en mode dorer les oignons émincés et les carottes en rondelles épaisses dans du beurre, puis rajouter les tripes au bout de qq minutes pour les faire dorer.
Passer un cuisson rapide.
Saupoudrer de farine (1CS), mélanger.
Rajouter le vin blanc, la tomate concentrée, sel, poivre.
Mouiller avec de l'eau pour couvrir à hauteur des tripes.

C'est parti pour 1heure de cuisson. Plus c'est cuit, meilleur c'est .
Bon appétit !!

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

POISSONS

Queue de lotte au whisky

cookeo

Queues de lotte au whisky

-6 queues de lotte congelées
-Huile d'olive
-3 casde maïzena
-1/2verre de whisky
-300 g de crevettes congelées
-1 brique de crème semi-épaisse
-1 boîte de champignons
-Echalottes

Faire revenir les queues de lotte avec les échalottes dans l'huile.
Ajouter le reste des ingrédients, et mettre en cuisson rapide 5 minutes.
Faire cuire du riz à part.

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

cookeo

Quenelles roquefort

quenelles sauce roquefort

	2	4	6
Lardons	40 g	80 g	125 g
Quenelles	2	4	6
Roquefort	40 g	80 g	120 g
Fond de veau ou de volaille	5 cl	8 cl	12 cl
Crème liquide	5 cl	8 cl	12 cl
Noix hachées	1 cs	2 cs	3 cs

Préparation : 5 mn Cuisson : 8 mn

Préparation :
Préchauffage
Faire fondre le fromage et les lardons.
Arrêter de dorer.
Ajouter la crème, le fond de veau et les quenelles.
Cuisson
Ajouter les noix et servir avec une salade verte

Quenelles sauce tomate

Moulinex cookeo

Quenelles sauce tomate

Chris Loxi

Ingrédients :

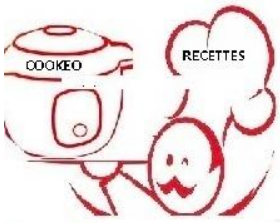
(2/3 personnes) :

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

en mode dorer faire revenir les echalotes, 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

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

Quiche moules poireaux



Quiche moules poireaux

Ingrédients

1 pâte feuillettée
150 g de moules
300 g de poireaux
100 g d'oignon
1 cuillère à soupe de moutarde
100 g de gruyère râpé
2 œufs
1 petit verre de vin blanc
4 cuillères à soupe de crème fraîche
100 ml de lait
Huile d'olive
Sel

Préparation

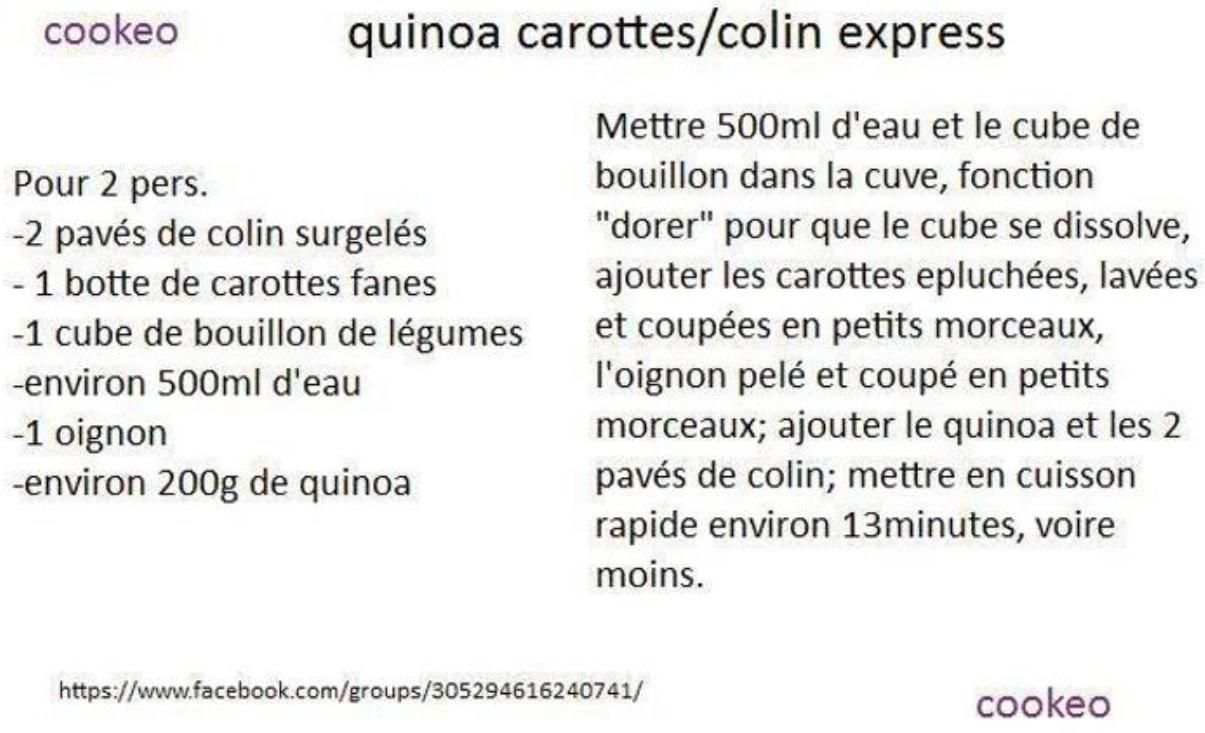
Préchauffez votre four à 180°
Mode dorer
Versez de l'huile d'olive dans la cuve puis faites revenir les oignons et les rondelles de poireaux. Ajoutez les moules au bout de 2 mn de fonction dorer .
Etalez votre pâte feuilletée et piquez la .
Dans un saladier battez les œufs avec le lait la crème fraîche et la cuillère à soupe de moutarde.
Salez et poivrez.
Au bout de 8 mn de fonction dorer ajoutez le verre de vin blanc .
Arrêtez le mode dorer à 10 mn ;
Au bout de 10 mn de fonction dorer versez le contenu de la cuve (poireaux oignons moules) sur la pâte feuillettée.
Versez la préparation œufs lait crème fraîche sur les poireaux et les moules .
Saupoudrez de gruyère râpé et enfournez pendant 30 mn .
Servez chaud .

Cookeo Moulinex

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

Quinoa sauce thai

Quinoa carottes colin



Rillettes de maquereaux

Rilletes de maquereau

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

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

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

Rillettes saumon wasabi

rillettes saumon et wasabi

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

Préparation : 15 mn Cuisson : 4 mn

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

Risotto filets de sole

Cookeo Moulinex

Risotto filets de sole

Ingrédients pour 4 personnes

4 filets de plie
200 g de champignons de Paris congelés
200 g de carottes en rondelles congelées
240 de riz
100 g d'oignons congelés
1 verre de vin blanc
Huile D'olive
Paprika
1 cuillère à soupe de moutarde
Sel
Poivre

Mode Dorer

Versez de l'huile dans la cuve et faites dorer les filets de sole. Puis ajputez les oignons .
Emiettez petit à petit le poisson.
Ajoutez ensuite les champignons, les carottes.
Versez le verre de vin blanc,200 ml d'eau.
Salez ,poivrez et saupoudrez de paprika.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 6 mn (temps indiqué sur le paquet de riz divisé par 2)
Servez chaud

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

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

Risotto aux moules

Moulinex cookeo

Risotto aux Moules

Corinne Croisille

Ingrédients :

6 personnes :

350g de riz
2l de moules bouchot
1 bouquet garni
3 oignons
4 cuillères à soupe d'huile d'olive
2 cubes de bouillon de volaille
3 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse
80g de parmesan râpé
1 bouquet de persil
sel et poivre

Nettoyez les moules.
Mettre cookeo en mode manuel et dorer.
Faites chauffer 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, mettez les moules avec le vin blanc et le bouquet garni.
Faites dorer jusqu'à ce que les moules s'ouvrent.
Laissez-les refroidir, gardez-en quelques-une pour le décor et dé-coquillez le reste.
Filtrez le jus de cuisson et réservez-le.
Nettoyer le cookeo.
Mettre le cookeo en manuel et dorer
Pelez et émincez les oignons.
Faites-les dorer avec 2 cuillères à soupe d'huile.
Versez le riz et remuez jusqu'à ce qu'il soit translucide.
Mouillez avec 60cl d'eau, les cubes de bouillon de volaille et le jus filtré des moules.
Quand le risotto en prêt, ajoutez les moules, la crème, le parmesan, mélangez bien.
Mettre en cuisson rapide 5 minutes.
Parsemez de persil.

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

Risotto fruits de mer

Moulinex cookeo

Risotto aux fruits de mer

Nathalie Avinsac Ciccarelli

Ingrédients :

pour 4 personnes

250 gr de riz arborio
50 gr de parmesan
500gr de fruit de mer
750 ml d'eau + cube de volaille)
2 cuillére a soupe de créme fraiche
1 oignon

En mode dorer faire revenir l'oignon
Ajouter les fruits de mer, le riz, l'eau + cube et salé a convenance

en mode rapide faire cuire 15 min

a la fin rajouter le parmesan et la créme fraiche

Risotto gambas

Moulinex cookeo

Risotto épicé aux gambas

Aurélie Garcia

Ingrédients :

Pour 2 personnes

- 12 gambas moyennes crues
- 200 gr de riz arborio
- 1 oignon émincé
- 1 gousse d'ail écrasée
- 1 cc de purée de piment rouge
- 1 bouillon cube aux épices
- 600 ml d'eau + 1 verre
- parmesan
- 2 cs d'huile d'olive
- sel, poivre

Nettoyez les gambas en enlevant la tête et la queue, puis mettre en position dorage avec 1 cs d'huile d'olive, l'ail, l'oignon, le piment et les gambas.
Quand elle sont colorées, ajouter un verre d'eau et passer en cuisson rapide pour 3 mn.
Quand c'est cuit, filtrer le jus de cuisson et le réserver, sortir les gambas et les oignons.
Remettre la cuve en mode dorage avec 1 cs d'huile d'olive, ajouter le riz, quand il est translucide rajouter le jus de cuisson des gambas, l'eau, sel, poivre et le bouillon aux épices.
Passez en cuisson rapide 15mn, pendant ce temps décortiquez les gambas.
A la fin de la cuisson, ajouter le parmesan, bien mélanger, puis rajouter les gambas et les oignons et mettre en maintien au chaud 3mn.
Voilà, c'est prêt! Très bon!

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

Risotto de colin à la crème fraîche➳➳➳

Cookeo

Risotto de colin à la crème fraîche

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 5 personnes

300 g de riz Basmati
200 champignons de Paris congelés
5 portions de colin congelés
2 cuillères à soupe de moutarde
Sel
Poivre
2 cuillères à soupe crème fraîche liquide

Ajoutez les ingrédients un par un en commençant par le riz , les champignons de Paris. Ajoutez les portions de poisson . Versez de l'eau pour couvrir le riz. Ajoutez les cuillères à soupe de moutarde. Salez ,poivrez.

Passez en cuisson rapide pendant 8 mn.

En fin de cuisson ajoutez les cuillères à soupe de crème fraîche liquide. Servez chaud .

Risotto crevettes champignons

Moulinex cookeo

Risotto crevettes et champignons

Sophie Poucineau

Ingrédients :

Pour 6 personnes

500g de riz arborio
1/2 oignon
750ml de bouillon (2kub or + 2 cube pour bouillon de legumes)
500g de champignons frais coupés en morceaux
200 a 250g de crevettes roses decortiquées
40g de parmesan

- en mode dorer faire revenir les lamelles d'oignon une fois colorées ajouter les champignons et les crevettes faire dorer pendant 3 minutes
- ajouter le bouillon , melanger et passer en mode cuisson rapide pendant 15 minutes
- en fin de cuisson ajouter le parmesan et remuer
- servez... bon appetit

Risotto dés de lotte

Cookeo Moulinex

Risotto de dés de lotte

Calories 180 4 PP

Ingrédients pour 4 personnes

2 tomates
240 g de riz
250 g de dés de lotte
1 cube de bouillon de bœuf
1 petit verre de vin blanc
Concentré de tomates
100 g d'oignons congelés
1 cuillère à soupe d'huile d'olive
200 g de poivrons congelés
200 g de champignons de Paris congelés
Curry
200 ml d'eau
Sel
Poivre

Préparation

Mode dorer

Faites revenir les oignons et les dés de lotte avec de l'huile d'olive.
Ajoutez les tomates, les champignons, les poivrons
Versez le verre de vin blanc, le riz. Salez et poivrez. Saupoudrez de curry.
Emiettez un cube de bouillon de bœuf dans de l'eau puis recouvrez les ingrédients.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 6 mn (le temps indiqué sur le paquet de riz divisé par 2)
Quand la cuisson est terminée ajoutez 2 cuillères à café de concentré de tomates et mélangez avant de servir chaud.

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

Risotto lait de coco crevettes

Moulinex cookeo

Risotto au lait de coco et aux crevettes

Isabelle Audouys Lefevre

Ingrédients :

(pour 4 personnes) :

- 250 g de riz thaï
- 20 cl de lait de coco
- 12 tomates cerises
- 500 de crevettes roses
- 50 cl de bouillon de légumes
- huile d'olive
- 2 cuillères à soupe de sauce soja
- 1 cuillère à café de gingembre
- 2 cuillères à soupe de cassonade
- 1 bouquet coriandre fraîche
- 1 CAC de curry ou autres épices

En mode cookeo cuisson rapide : mettre un bon filet d'huile d'olive et ajouter le riz.
ajouter les crevettes décortiquées et coupées en rondelles et les tomates coupées aussi en rondelles.
Ajouter le lait de coco et la moitié du bouillon.
Ajouter le gingembre, la cassonade et la sauce soja. Mettre 10mn en mode cuisson rapide.
Ajouter le reste du bouillon petit à petit jusqu'à cuisson du riz et consistance crémeuse. Mettre 5mn de plus.
Servir parsemé de coriandre.

Risotto de saumon poireaux➽➽➽

Cookeo

Risotto de saumon poireaux

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients pour 4 personnes

3 médaillons de saumon
200 g de poireaux congelés
300 g de riz basmati
1 verre de vin blanc
100 g d'oignons congelés
1 cube de bouillon de bœuf
Sel
Poivre
Huile d'olive

Mode dorer

Versez de l'huile d'olive dan s la cuve pour faire revenir les oignons .Ajoutez les médaillons de saumon. Emiettez les médaillons de saumon au fur et à mesure.

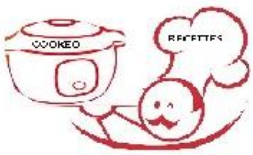
Ajoutez les morceaux de poireaux . Emiettez le cube de bouillon de bœuf. Versez le riz Basmati,le verre de vin blanc. Recouvrir d'eau .

Programmer **la fonction rapide pour 10 mn** .Servez chaud .

Risotto saumon poireaux

Cookeo Moulinex

Risotto saumon poireaux



Ingrédients pour 5 personnes

300 g de riz
500 g de dés de saumon
200 g de poireaux frais ou congelés
100 g d'oignons congelés
Sel
Poivre
2 cuillères à soupe de moutarde
2 cuillères à soupe de crème fraîche
1 petit verre de vin blanc
300 ml d'eau

Préparation

Versez dans la cuve les dés de saumon, les poireaux, le riz et les oignons congelés.
Versez le verre de vin blanc
Salez et poivrez. Recouvrez d'eau .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 6 mn (le temps indiqué sur le paquet de riz divisé par 2)
Quand la cuisson est terminée ajoutez la moutarde et la crème fraîche . Servez chaud .

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

Risotto saumon fumé

Risotto au saumon fumé

proposée par Aurélie Garcia

Ingrédients

- 250 gr de riz arborio
- 1 petit oignon
- 150 gr de saumon fumé
- 750 ml de bouillon (légumes ou court bouillon)
- parmesan
- poivre (pas de sel : le saumon et le bouillon salent assez le risotto)

Dans le cookeo mettre une cuillère à soupe d'huile d'olive puis mettre en fonction Dorage.
Faire revenir l'oignon coupé en tout petits morceaux, dès qu'ils commencent a dorer mettre le riz et dorer encore 3 mn.
Arrêter le dorage, verser le bouillon, mélanger, et mettre en Cuisson Rapide 15mn.
Pendant ce temps couper le saumon fumé en lamelles
Des la fin de la cuisson ouvrez immédiatement le cookeo, passer en maintient au chaud, et rajouter le parmesan . Avec une spatule mélanger énergiquement le riz pendant 2mn. Rajouter le saumon, mélanger 1mn et laisser une minute de plus en maintient au chaud.
Voila c'est prêt vous pouvez déguster ! Miammm

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

Riz calamars saveur du sud

cookeo

Riz et calamars saveur du sud

Vinie Poupet

Ingrédients :

- 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

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

cookeo

Riz cantonais

cookeo

riz cantonais

Pour 6 pers.
-400g de riz
-2oignons,2gousses d'ail
-4tranches de jambon
-4oeufs
-250g de crevettes crues décortiquées
-100g de petits pois, sauce soja

Mettre le riz avec 800g d'eau, cuisson rapide 10 minutes.Réserver.
Couper l'ail et l'oignon.Réserver.
Battre les oeufs en omelette, et mettre un peu de sauce soja.Faire l'omelette, réserver.
Faire revenir, ail, oignon et crevettes,ajouter jambon, petits poids, omelette, puis le riz peu à peu.

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

cookeo

Riz à la créme safran et pétoncles

Riz à la crème de safran et pétoncles

proposée par Mélanie Leclère

Ingrédients

pour 2 personnes

300gr de riz basmati
300gr de pétoncles
500ml fond de veau bouillon
100gr carottes
50gr poireaux
1 oignon
15cl crème liquide
safran
sel et poivre

Sous la recette programmée "riz au poulet"
cuisson 6mn

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

Riz au curry

Riz au curry

proposée par Annabelle Desprez

Ingrédients

pour 2 personnes :

1 tasse de riz bien remplie
2 tasses d'eau bouillante
(dans lequel on ajoute un bouillon
cube Kub'Or ou un bouillon de lègumes)
1 càs de curry doux

Et hop tout ça dans la cuve melanger , et
cuisson rapide 9 min au cookeo!

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

Roulades de saumon fumé aux asperges

Moulinex cookeo

Roulades de saumon fumé aux asperges

Aurelie Garcia

Ingrédients :

Pour 2 personnes
Ingrédients :
- 4 grandes tranches de saumon fumé
- 200 gr de fromage de chèvre frais (style chavrou)
- 220 gr d'asperges vertes en bocal
- 100 gr de crevettes cocktail
- 20 cl de crème liquide semi-épaisse
- poivre

Dans la cuve du cookeo, mettre la crème liquide et incorporer le fromage de chèvre écrasé. Ajouter les crevettes et bien mélanger.
Egoutter les asperges et les répartir sur chaque tranche de saumon.
Enrouler les tranches de saumon autour des asperges et les poser sur la crème dans la cuve.
Poivrer généreusement (ne pas saler), mettre en cuisson rapide 4 minutes.
Servez ce plat avec du riz et nappez généreusement les roulades de la sauce et des crevettes.

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

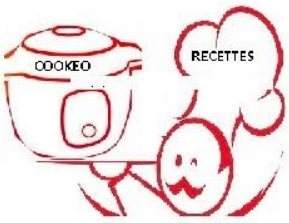
Saint Jacques aux poireaux➳➳➳

Cookeo

Moulinex

Saint Jacques aux poireaux

165 CAL 4 SP 4 PP



Ingrédients pour 4 personnes

300 grammes de noix de Saint-Jacques
1 verre de vin blanc
Poivre
3 blancs de poireaux
100 grammes d'oignons congelés
1 échalote
Persil
2 cuillères à soupe de crème fraîche
Huile d'olive
Curry

Préparation pour ces poireaux

Position dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve puis faites dorer les oignons et les morceaux d'échalote.
Faites revenir ensuite les noix de Saint-Jacques
Ajouter des morceaux de poireaux dans la cuve
Versez le verre de vin blanc puis recouvrez les ingrédients avec de l'eau. Poivrez et ajoutez du curry

Fonction cuisson rapide 10 minutes

Ajoutez 2 cuillères à soupe de crème fraîche et le persil. Mélangez, servez soit immédiatement soit vous mettez votre appareil en maintien au chaud

Saint Jacques et fondu de poireaux

Saint jacques et fondu de poireaux

cookeo

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 2 grosses carottes
- 1 gros poireau
- 8/10noix de st jacques
- 1 petite brique de crème fraiche 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

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

cookeo

Saumon gingembre

Saumon au gimgembre et fèves

	2	4	6
Pavé de saumon	2	4	6
Gingembre frais	1/2	1	1.5
Citron vert	1/4	1/2	1
Fèves surgelées	125 g	250 g	375 g
Haricots verts	125 g	250 g	375 g
Echalotes émincées	1	2	3
Eau	10 cl	12 cl	15 cl
Sel et poivre			

Préparation : 10 mn Cuisson : 3 mn

Préparation :
Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage
Ajouter échalotes, geingembre et sucre.
Caraméliser légèrement.
Ajouter les fèves, les haricots et un peu de zeste de citron vert.
Arrêter de dorer.
Assaisonner. Mélanger.
Poser le poisson sur les légumes.
Ajouter l'eau.
Cuisson
Parfumer au jus de citron.
Servir !

Sauté de crevettes tandori

Sauté de crevettes tandoori

	2	4	6
Crevettes décortiquées	300 g	600 g	900 g
Gingembre frais	5 g	10 g	15 g
Epices tandoori	1 cc	2 cc	3 cc
Huile d'olive	1 cs	2 cs	3 cs
Coriandre fraiche ciselée	3	6	9
Citron (jus)	1/2	1	1.5
Ail	1	2	3
Chou Romanesco	400 g	800 g	1.2 kg
Eau	10 cl	15 cl	20 cl
Sel			

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

Préparation :
Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage.
Faire revenir les crevettes, les épices, le gingembre et l'ail.
Saler.
Ajouter le jus de citron et retirer.
Mettre l'eau, le sel et le chou romanesco dans la cuve.
Cuisson
Servir le choux avec une noix de beurre, dresser autour les crevettes et le coriandre.

Saumon et riz

Saumon au riz

Sabrina Lefevre

Ingrédients :

Pour 4 personnes

4 pavés de saumon ,
300 gr de riz cru ,
700 ml d'eau ,
5 c a c de fumet de poisson ,
1 oignon emincé ,
20 cl de creme fraiche

Mettre le cookeo en mode / ingredient / poissons / pavé / poids : mettre 200 ml d'eau au fond de la cuve et les pavé dans le panier que vous deposer dans le cookeo ! ensuite cuire 3 mn (normalement c indiquer au fur et a mesure) enlever le panier apres le bip et reserver !

ensuite vous mettez ingredients / cereales / mettre 500 ml d'eau en plus du fond de la cuisson des pavé ,le riz , l'oignon emincé , et les 5 cuil a café de fumet de poisson , sel et poivre ! melanger le tout et mettre a cuire 15 mn ! une fois cuit ajouter le saumon emietter dans le riz , la brique de creme liquide reassaisoner selon vos gout et remettre 3 mn

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

Saumon et moules à la crème fraîche

Cookeo Moulinex

Saumon et moules à la crème fraîche

cookeorecettes jp roussseau

Ingrédients pour 4 personnes

600 g de filet de saumon

2 cuillères à soupe de crème

200 g de champignons de Paris congelés

100 g d'oignons congelés

100 g de moules cuites décortiquées congelées.

Huile d'olive

Sel

Poivre

1 verre de vin blanc

200 ml de fumet de poisson

Persil déshydraté

Mode dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve et faites dorer les oignons quand l'huile est chaude.

Ajoutez ensuite le saumon que vous avez découpé en morceaux . Déposez les moules cuites décortiquées congelées .

Ajoutez les champignons de Paris . Versez le fumet de poisson et le verre de vin blanc .

Salez et poivrez selon votre convenance. Saupoudrez de persil déshydraté.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 5 mn de cuisson .

Quand la cuisson est terminée ajoutez les 2 cuillères à soupe de crème fraîche .Servez chaud .

Saumon sauce champagne

Seiche riz tomates

Seiche avec riz tomate

Patricia Ramez

Ingrédients :

Pour 5 personnes

- 1kg de seiche
- 2 oignons
- 1 grosse boite de tomates pelées coupées
- 200 g de riz
- 45 cl d'eau
- huile, thym, sel
- vin blanc

Dorer l'oignon puis la seiche pendant 4 min environ.
Rajouter les tomates, le vin, l'eau, le thym, le sel et le riz.
Mettre en cuisson rapide 15 min
Si il reste trop d'eau mettre à dorer

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

cookeo

Seiches à la sétoise

cookeo

seiches à la sétoise

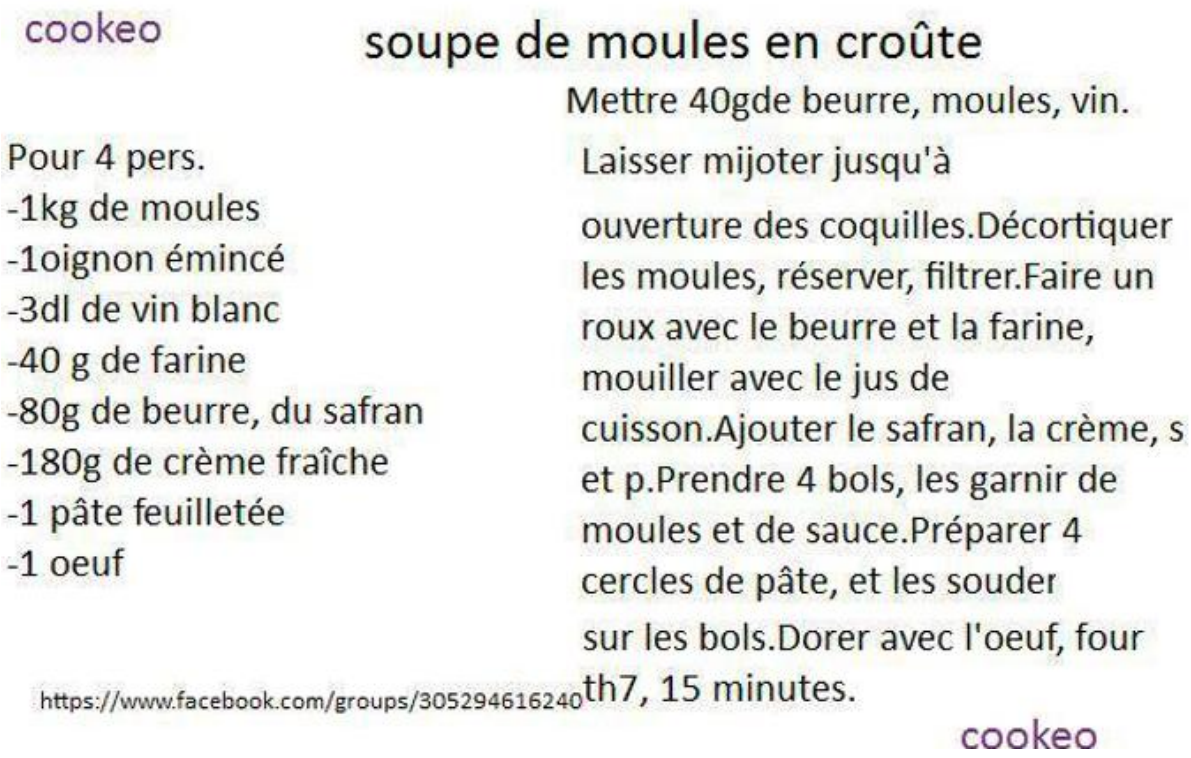
-2 gousses d'ail
-2oignons
-A boîte de tomates concassées
-1cas de concentré de tomates
-3cas d'huile, laurier/thym
-10clde vin blanc
-500g de seiches
-5pdt

Faire revenir les seiches, l'ail et l'oignon, 7 minutes.
Ajouter le reste des ingrédients, avec un peu d'eau.
Cuisson rapide 10 minutes

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

cookeo

Soupe de moules en croûte



Steaks de thon ail et tomates

Moulinex cookeo

Steak de thon ail et tomate

Jean-Claude Lyonne

Ingrédients :

Pour 2 personnes

ail

oignons

4 tomates

sel poivre

Basilic

Vin blanc

steak de thon

Fonction manuel (dorer) : faire dorer avec huile d'olive un oignon, ail (pas mal quand même) ensuite ajouter les tomates coupées grossièrement, faire dorer quelques minutes l'ensemble, sel poivre et ajouter un verre de vin blanc. Cuisson rapide 5 minutes. Enlever cette sauce, passer au mixeur. Dans le cookeo fonction manuel (dorer) mettre un peu d'huile d'olive et faire dorer les steaks de thon quelques minutes de chaque côté. Mettre dessus la sauce ail et tomate. Servir avec du riz!!!

Tajine saumon

Tajine de Saumon

proposée par Abdel Alaoui

Ingrédients

- 2 pavés de saumon
- 100g de petits pois gourmands
- 150g de citrouille
- 1 carotte
- 1 courgette
- Persil plat
- Sel et poivre ,paprika

Couper en morceau la courgette , la citrouille ,la carotte l'ajouter dans le cookeo , ajouter de l'huile d'olive , du paprika , assaissonnez vos saumons de sel poivre et les ajouter sur les legumes. ajouter de l'eau cuisson rapide 6mn ajouter les petits pois (deja precuit) le persil plat

servez et degustez !

Tagliatelles aux fruits de mer

Andouillettes et ses petits legumes

proposée par Barbara Lnn

Ingrédients

4 carottes coupées en rondelles

10 pommes de terre coupées en morceaux moyens

Fond de veau (1 cac bombé dans 100ml d'eau tiède)
Crème fraiche épaisse (1 brique 200ml)

En mode manuel

Faire dorer 10 à 12 min les andouillettes
Une fois fois dorage fini ajouter le reste des ingrédients passer en cuisson rapide 12min

Et hop c'est prêt deguster

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

Tagliatelles de courgettes

Moulinex cookeo

Tagliatelles de courgettes aux pignons de pins

Jean-Claude Lyonne

Ingrédients :

Pour 4 personnes

4 courgettes
50 gr de pignons de pins
huile d'olive
thym
sel et poivre

Tu émonces les courgettes en fines lamelles, à l'aide d'un économe,

faire chauffer l'huile dans le cookéo fonction manuel "dorer".

Ajoutez les courgettes et le thym. Salez et faites cuire 5 min.

Ajoutez les pignons et poursuivez la cuisson quelques minutes, jusqu'à ce les courgettes soient tendres !)

C'est tout bêtes mais c'est tout bon !Tu peux accompagner ce plat avec des tartines de chèvres chaud au miel !!!

Tagliatelles saumon épinards

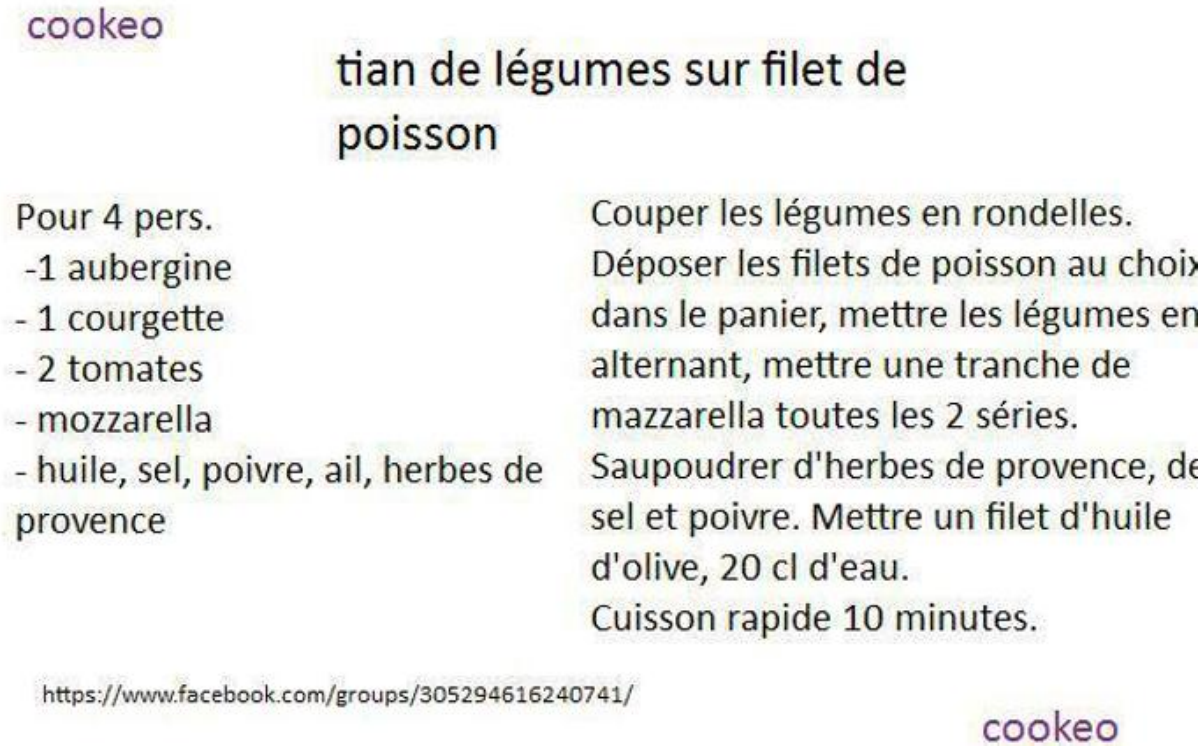
cookeo

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.

Tian de légumes sur lit de poissons



Thon à la tomate➳➳➳

Ingrédients pour 4 personnes

600 g de steaks de thon
2 cuillères à soupe de concentré de tomates
500 ml d'eau
Sel poivre
100 g d'oignons congelés
1 petite boite de tomates concassées

Placez tous les ingrédients dans la cuve : les steaks de thon, les tomates concassées, les oignons. Salez, poivrez selon votre convenance. Plongez un cube de bouillon de bœuf.
Versez 500 ml d'eau.

Cuisson rapide. Temps de cuisson 10 mn.

Quand la cuisson est finie ouvrez votre appareil et ajoutez les 2 cuillères à soupe de concentré de tomates. Servez chaud.

Thon à la catalane

cookeo

thon à la catalane

Pour 4 pers.
-1 oignon havhé
-3 ou 4 poivrons rouges et verts
-Darnes de thon surgelées
-1 boite de tomates concassées
-sel/poivre

En mode dorer, faire revenir l'oignon haché et les petits poivrons rouges et verts. Rajouter les darnes de thon , mettre une boite de tomates concassées ,saler et poivrer et programmer 10 minutes en cuisson rapide.

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

cookeo

Trio de chou au poisson

LEGUMES

Quinoa aux légumes

Quinoa aux légumes

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

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

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

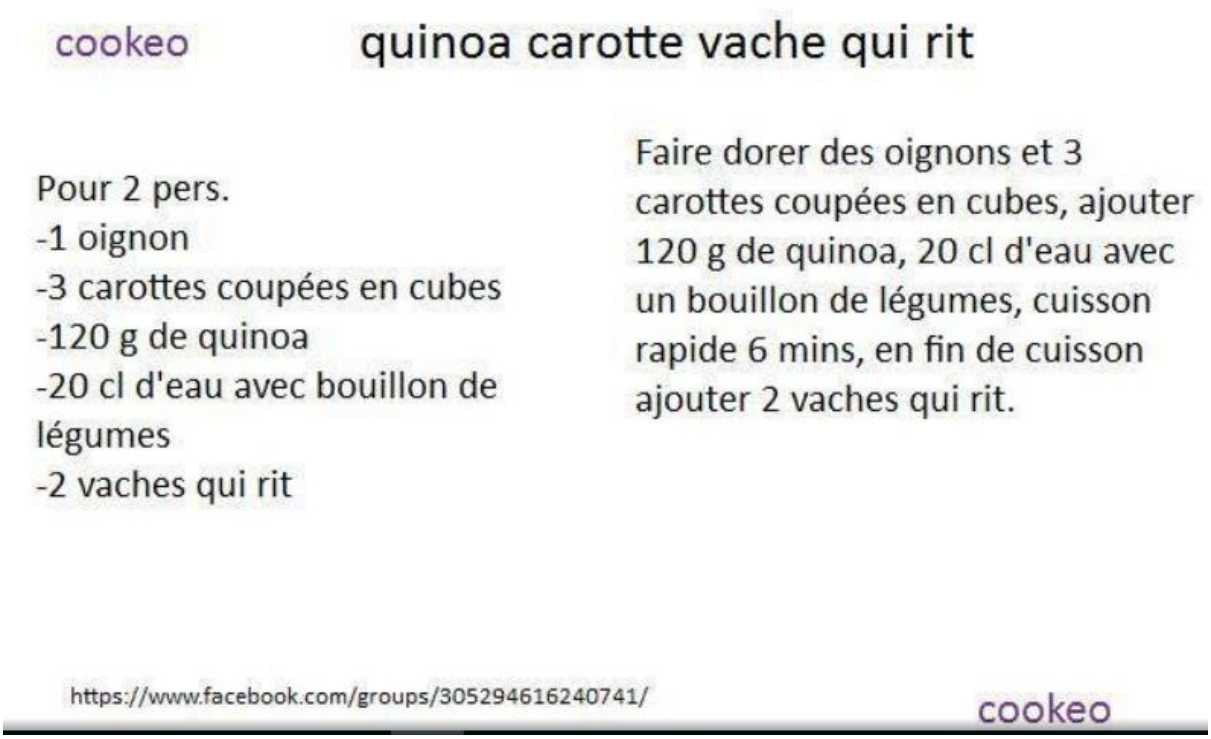
Poireaux sauce curry

Poireaux sauce curry

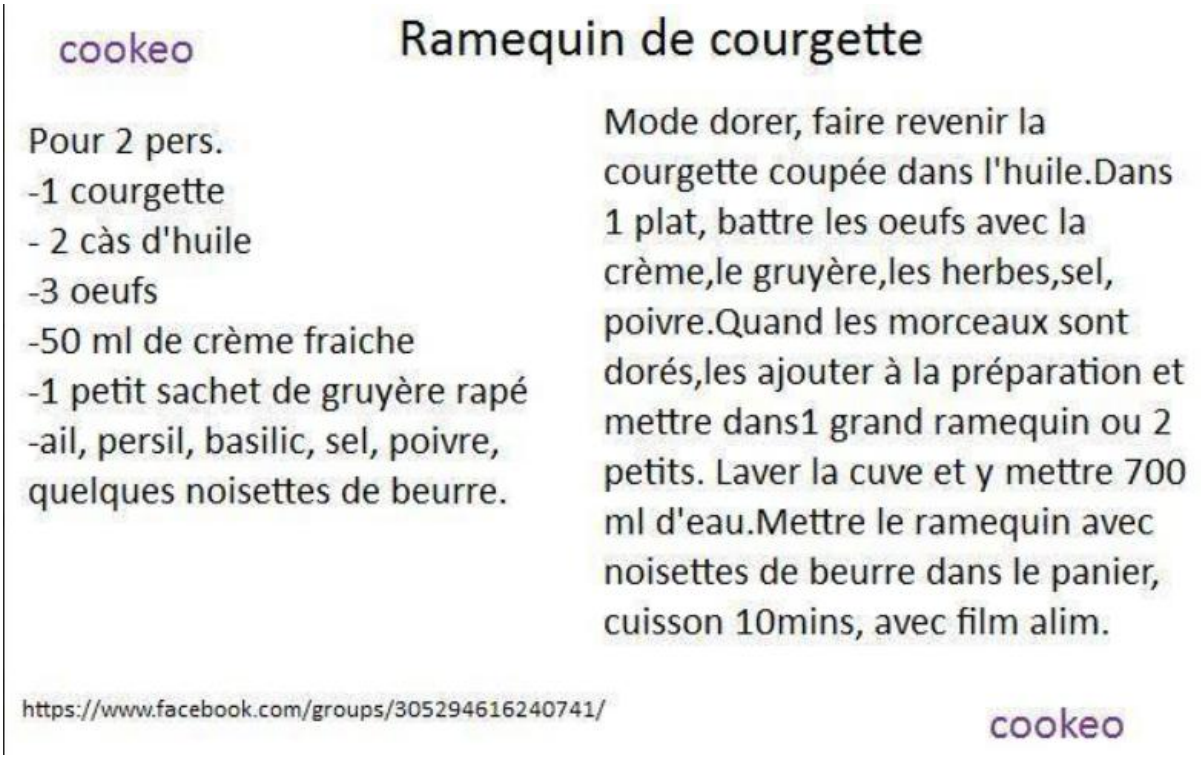
Ingrédients pour 4 personnes
4 blancs de poireaux
200 g de crème fraîche
2 cuillères à soupe de curry
1 cuillère à soupe de moutarde mi forte
Sel
Poivre
200 ml d'eau
Persil

Préparation
Lavez vos blancs de poireaux puis coupez-les en rondelles.
Déposez les poireaux dans le panier vapeur.
Versez 200 ml d'eau dans la cuve.
Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 8 mn
Pendant la cuisson préparez une sauce avec 200 ml de crème fraîche, 2 cuillères à soupe de curry, une cuillère à soupe de moutarde mi forte. Mélangez, salez et poivrez.
Quand la cuisson est terminée laissez refroidir les poireaux à l'air libre puis au frigo.
Servez froid avec la sauce curry

Quinoa vache qui rit



Ramequin de courgettes



cookeo

Ramequin de courgette

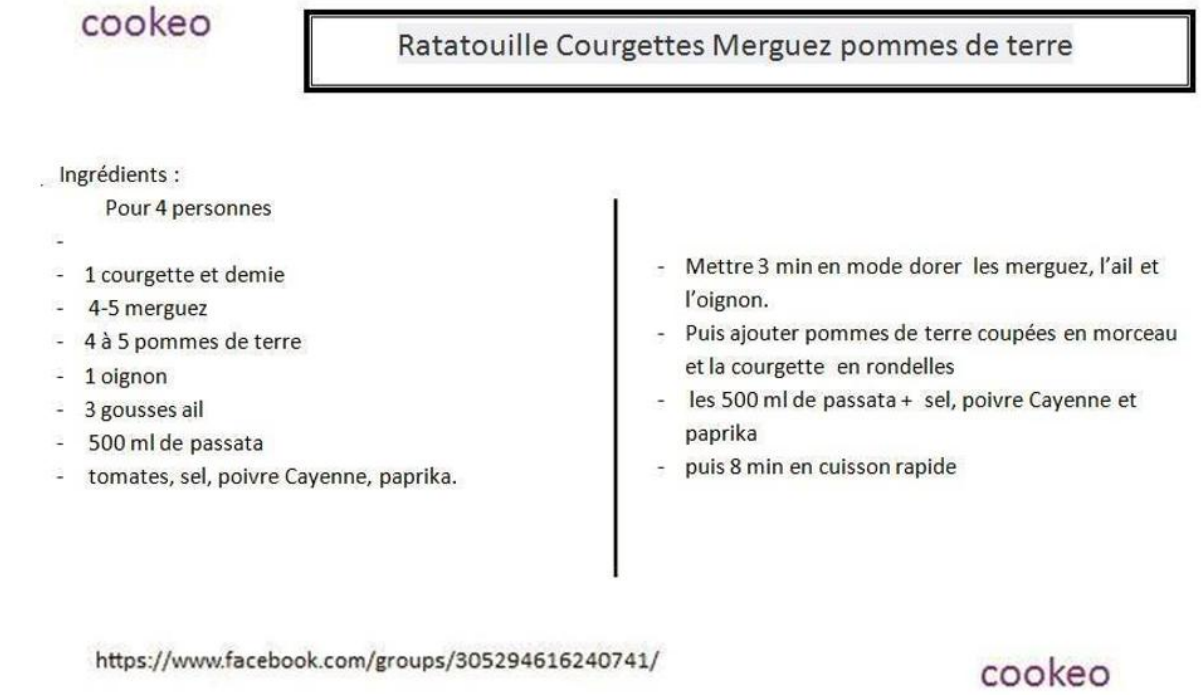
Pour 2 pers.
-1 courgette
- 2 càs d'huile
-3 oeufs
-50 ml de crème fraiche
-1 petit sachet de gruyère rapé
-ail, persil, basilic, sel, poivre, quelques noisettes de beurre.

Mode dorer, faire revenir la courgette coupée dans l'huile.Dans 1 plat, battre les oeufs avec la crème,le gruyère,les herbes,sel, poivre.Quand les morceaux sont dorés,les ajouter à la préparation et mettre dans1 grand ramequin ou 2 petits. Laver la cuve et y mettre 700 ml d'eau.Mettre le ramequin avec noisettes de beurre dans le panier, cuisson 10mins, avec film alim.

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

cookeo

Ratatouille merguez



cookeo

Ratatouille Courgettes Merguez pommes de terre

Ingrédients :
Pour 4 personnes

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

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

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

cookeo

Ratatouille Moulinex

RATATOUILLE APPLI MON COOKEO

Ingrédients pour 4 personne(s) :

400 g de concassée de tomates
300 g d'aubergines coupées en petits dés
300 g de courgettes coupées en petits dés
4 càs d'huile d'olive
2 oignons émincés
2 poivrons rouges coupés en petits cubes
Sel et poivre
2 g d'ail dégermé et haché
4 càc de basilic frais ciselé
2 càc d'herbes de provence

Résumé :

Préparer les ingrédients.
Emincer les oignons.
Dégermer l'ail.
Ciseler le basilic.
Verser l'huile dans la cuve.
Faire colorer les aubergines. Ajouter les poivrons. Après 3 minutes, ajouter les oignons puis les courgettes.
Ajouter la concassée de tomates, l'ail et les herbes de Provence. Saler et poivrer.
Cuisson sous pression : 8 min
Ajouter le basilic frais ciselé.
Servir !

Ratatouille et poulet

Ratatouille & poulet

proposée par Cathy Scoth

Ingrédients

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

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

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

Ratatouille gourmande

cookeo

Ratatouille gourmande

Peggy Bonanno-Crespel

Ingrédients pour 4 personnes :

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

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

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

cookeo

Ratatouille express

Moulinex cookeo

Ratatouille express

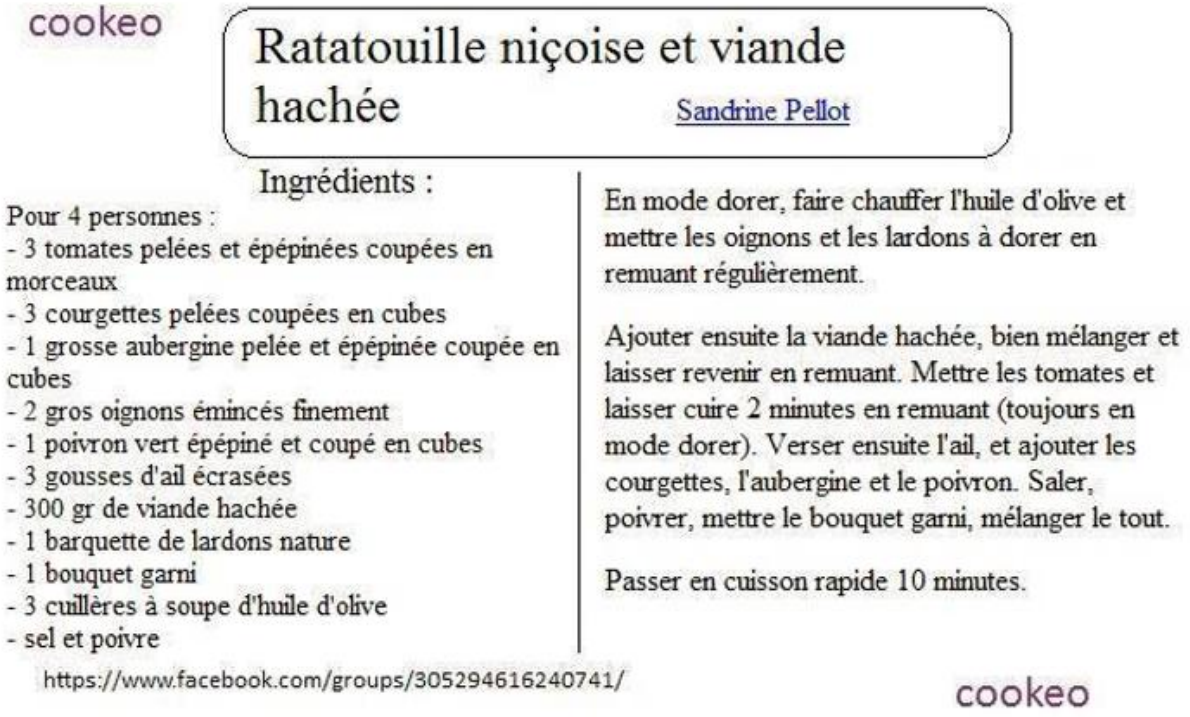
Chinese Nonimace

Ingrédients :

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

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

Ratatouille nicoise



cookeo

Ratatouille niçoise et viande hachée

Sandrine Pellot

Ingrédients :

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

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

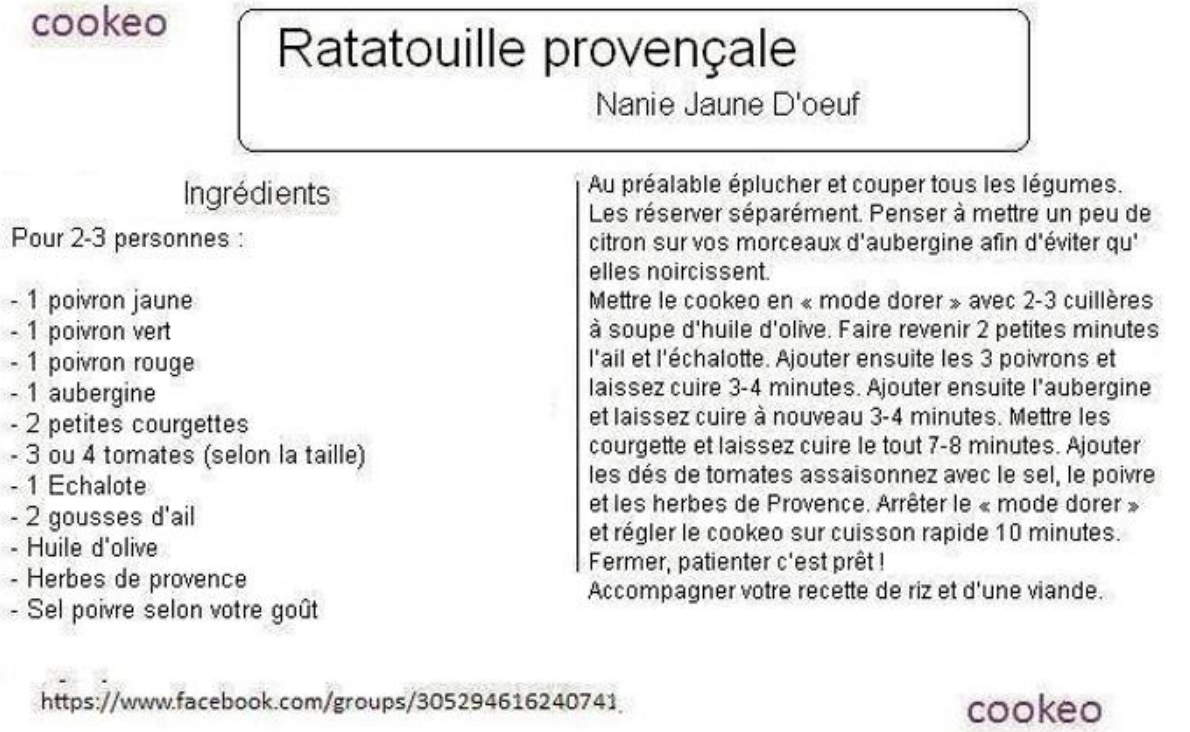
Ajouter ensuite la viande hachée, bien mélanger et laisser revenir en remuant. Mettre les tomates et laisser cuire 2 minutes en remuant (toujours en mode dorer). Verser ensuite l'ail, et ajouter les courgettes, l'aubergine et le poivron. Saler, poivrer, mettre le bouquet garni, mélanger le tout.

Passer en cuisson rapide 10 minutes.

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

cookeo

Ratatouille provençale



cookeo

Ratatouille provençale

Nanie Jaune D'oeuf

Ingrédients

Pour 2-3 personnes :

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

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

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

cookeo

Ratatouille

Ratatouille

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

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

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

Ratatouille maison

cookeo

ratatouille maison à ma façon

Enza Brigitte Ludo

Ingrédients :

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

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

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

cookeo

Ratatouille à sa façon

Ratatouille à sa façon

proposée par cuisinesab

Ingrédients

pour 4 personnes :

1 aubergine

2 courgettes

1 poivron

1 oignon

1 boite de tomate concassée

150ml de bouillon ail-persil

sel et poivre

1 cuillère à café de fénugrec

laver et éplucher les légumes

émincer l'oignon et le poivron

faire des boules de courgettes et d'aubergine avec une cuillère parisienne

mettre dans la cuve du cookéo tous les légumes

ajouter le sel, le poivre le fénugrec

ajouter le bouillon

faire cuire 5 minutes au cookéo

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Risotto aux blettes

cookeo

Risotto aux blettes

Emelyne Baguet

Ingrédients :

- 250g de feuilles de blettes
- 1 oignon
- 1 verre de vin blanc (25cl)
- 180g de riz a risotto
- huile d'oilve
- sel, poivre
- 1 l de bouillon de legumes
- 1 cube faitout
- 2 c à s de crème fraiche

Laver les feuilles de blettes, les rouler, les trancher finement.
Pendant ce temps faire revenir l'oignon dans un peu d'huile en mode DORER.
Quand ils deviennent translucide ajouter le riz jusqu'à ce qu'il deviennes aussi transparent.
Ajouter le vin blanc et melanger jusqu'à absorption.
Ajouter les blettes et un peu de bouillon+ le faitout.
Cuisson rapide 15 min.
Ajouter la crème

https://www.facebook.com/groups/305294616240741

cookeo

Risotto aux asperges

Moulinex cookeo

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.

© https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Risotto menthe citron

Cookeo

Moulinex

Risotto menthe citron

Jean-Philippe Rousseau

Ingrédients pour 4 personnes

300 g de riz

2 oignons

1 cube de bouillon de volaille

4 citrons

2 tasses de menthe fraîche

Sel

Poivre

Coupez vos oignons en morceaux . Pressez les citrons et réservez le jus .Lavez et ciselez la menthe fraîche.

Mode dorer

Faites revenir dans l'huile d'olive les oignons que vous avez coupés en morceaux.Ajoutez le riz . Laissez brunir le riz.

Versez le jus de citron . Emiettez le cube de volaille . Ajoutez la menthe fraîche ciselée .Versez de l'eau pour recouvrir les ingrédients .Salez et poivrez .

Mode cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmer 6 mn (le temps indiqué sur le paquet de riz divisé par 2)

Ouvrez votre cookeo mélangez et servez chaud .

Risotto chou fleur

Moulinex cookeo

Risotto chou fleur

Cookenote Coko

Ingrédients :

4 personnes

- 200 g de riz pour risotto
- 1/2 chou-fleur
- 1/2 oignon doux
- 20 cl de vin blanc
- 600ml de bouillon de volaille
- 1 c. à soupe de crème épaisse
- 40 g de parmesan râpé
- 1 citron non traité
- huile d'olive
- sel e poivre
- 2 cuil. à café de ciboulette ciselée

Détailler le chou-fleur en tout petits bouquets. Les cuire 5 mn à l'eau bouillante salée ou cuit vapeur.
en mode doré ,faire suer l'oignon émincé dans 3 c. à soupe d'huile. Ajouter le riz, mélanger jusqu'à ce qu'il soit transparent.
Mouiller avec le vin.et le bouillon de volaille
Ajouter le chou-fleur, 2 c. à café de jus de citron, cuisson rapide environ 10 mn.
Incorporer la crème et le parmesan à la fin.
Rectifier l'assaisonnement et laisser reposer 4 mn à couvert.
Servir le Risotto au chou-fleur parsemé de ciboulette avec du poisson ou une volaille rôtie.

© https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Risotto aux girolles

Risotto aux girolles

	2	4	6
Riz arborio pour risotto	100 g	200 g	300 g
Echalottes émincées	30 g	60 g	90 g
Huile d'olive	2 cs	4 cs	6 cs
Eau	20 cl	40 cl	60 cl
Vin blanc	3 cl	6 cl	9 cl
Girolles	100 g	200 g	300 g
Mascarpone	1 cs	2 cs	3 cs
Parmesan râpé	1 cs	2 cs	3 cs
Persil Haché	1/2 cs	1 cs	1.5 cs
Sel et poivre			

Préparation : 10 mn Cuisson : 6 mn

Verser la moitié de l'huile dans la cuve.
Préchauffage
Dorer les girolles dans l'huile.
retirer.
Verser le reste d'huile, ajouter le riz et l'oignon.
Mélanger jusqu'à nacrer le riz.
Arrêter de dorer
Ajouter l'eau, le vin blanc et les girolles.
Assaisonner.
Cuisson
Ajouter le mascarpone.
Mélanger.
Terminer par le parmesan

Risotto champignons et vin blanc

Risotto petits pois menthe

risotto petits pois menthe

	2	4	6
Riz arborio pour risotto	100 g	200 g	300 g
Oignons émincés	30 g	45 g	90 g
Huile d'olive	1 cs	2 cs	3 cs
Eau	20 cl	40 cl	60 cl
Vin blanc	3 cl	6 cl	9 cl
Petits pois surgelés	60 g	120 g	180 g
Mascarpone	1 cs	2 cs	3 cs
Parmesan râpé	1 cs	2 cs	3 cs
Sel et poivre			
Feuilles de menthe fraîche	5	10	15

Préparation : 10 mn Cuisson : 6 mn

Préparation :
Verser l'huile dans la cuve.
Préchauffage
Ajouter le riz et l'oignon.
Mélanger jusqu'à nacrer le riz.
Après dorure
Ajouter l'eau, le vin blanc et les petis pois.
Asaisonner.
Cuisson
Après la cuisson.
Ajouter le mascarpone et la menthe.
Mélanger.
Servir avec le parmesan

Risotto aux poireaux

Moulinex cookeo

Risotto aux poireaux

Estelle Sabot

Ingrédients :

Pour 2 personnes :

- **1 oignon**
- **1 poireau**
- **250gr de riz arborio**
- **750ml de bouillon de (légumes ou volaille)**
- **crème**
- **poivre**

En mode manuel >dorer

Mettre l' oignon et le poireau (coupés en morceau)

Faire revenir environ 4 min.

Rajouter le riz et faire dorer encore 3 min.

Passer en mode cuisson rapide et

Rajouter le bouillon faire cuire 15min.

Au moment de servir ajouter la crème et le poivre.

Bon appétit !

Risotto à la butternut

Moulinex cookeo

Risotto à la butternut et chèvre frais

Aurélie Garcia

Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 400 gr de riz arborio
- 1 oignon blanc
- 500 gr de courge butternut
- 40 gr de beurre
- 200 ml de lait
- 1l de bouillon de légumes
- 100 gr de chèvre frais
- Parmesan
- 1 cc de curry
- sel, poivre

Emincer l'oignon et éplucher, épépiner, et couper en cube d'1 cm la courge butternut.
Dans la cuve du cookeo, en mode dorer mettre le beurre, l'oignon blanc et la butternut, faire revenir pendant 3mn.
Ajouter le riz et dorer 3 mn de plus, ajouter le lait, le bouillon, le curry, le sel, le poivre et mettre en cuisson rapide 15 mn.
Dès la fin de la cuisson, ouvrir le cookéo, ajouter le chèvre et le parmesan, bien mélanger et mettre en maintient au chaud 3 mn.
Vous pouvez déguster !

© https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Riz aux courgettes

Moulinex cookeo

Riz aux courgettes

Jean-Claude Lyonne

Ingrédients :

4 personnes :

325 gr de riz
500 gr de courgettes
un bouillon de légume
1 oignon
sel et poivre
crème fraiche 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'et trop liquide et versez la crème fraîche ou sauce tomate ou nature c'est selon !
J'ai accompagné ce plat de cuisse de poulet !

Risotto menthe citron

Cookeo

Moulinex

Risotto menthe citron

Jean-Philippe Rousseau

Ingrédients pour 4 personnes

300 g de riz

2 oignons

1 cube de bouillon de volaille

4 citrons

2 tasses de menthe fraîche

Sel

Poivre

Coupez vos oignons en morceaux . Pressez les citrons et réservez le jus .Lavez et ciselez la menthe fraîche.

Mode dorer

Faites revenir dans l'huile d'olive les oignons que vous avez coupés en morceaux.Ajoutez le riz . Laissez brunir le riz.

Versez le jus de citron . Emiettez le cube de volaille . Ajoutez la menthe fraîche ciselée .Versez de l'eau pour recouvrir les ingrédients .Salez et poivrez .

Mode cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmer 6 mn (le temps indiqué sur le paquet de riz divisé par 2)

Ouvrez votre cookeo mélangez et servez chaud .

https://www.facebook.com/cookeorecettes/

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

Riz cantonais

Cookeo
Moulinex

Riz cantonais

Ingrédients pour 6 personnes

360 g de riz (60 g par personne)
3 œufs (1 pour 2 personnes, 2 pour 4 personnes)
Petits pois congelés 3 cuillères à soupe
150 g d'oignons congelés
3 cuillères à soupe de crevettes congelées cuites
3 cuillères à soupe de lardons
1 cuillère à soupe de sauce soja
3 cuillères à soupe d'huile (sésame de référence)
500 ml d'eau

Préparation

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve et cassez les œufs. Battez les oeufs en brouillade puis réservez-les.
Faites dorer les lardons puis les oignons.
Ajoutez le mais, les crevettes, le riz.
Versez l'eau et la sauce soja. Salez selon votre convenance. (Pas trop).

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez la moitié du temps indiqué sur le paquet du riz.
Mélangez en fin de cuisson les œufs en brouillade .

https://www.facebook.com/cookeorecettes/

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

Salsifis provencale

Salsifis provençale

Ingrédients pour 4 personnes

800 g de salsifis
Huile d'olive
100 g d'oignons
1 cuillère à café d'ail déshydraté
ou 2 gousses d'ail fraîches
12 olives vertes dénoyautées
200 g de dés de jambon
1 petite boîte de concentré de tomates
1 pincée de piment d'Espelette
Persil frais ou déshydraté
1 cube de bouillon de bœuf
Sel
Poivre
200 ml d'eau

Préparation

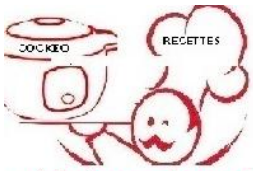
Mode dorer

Versez de l'huile dans la cuve et faites revenir les oignons .Faites dorer une minute
Ajoutez l'ail et les salsifis. Faites revenir une minute
Ajoutez les dés de jambon. Salez et poivrez selon votre convenance. Ajoutez une pincée de piment d'Espelette .Saupoudrez de persil

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 3 mn
Quand la cuisson est terminée ajoutez le concentré de tomates et mélangez
Servez chaud

Salade haricots verts champignons



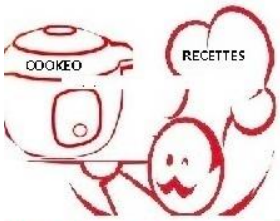
Salade haricots verts champignons

ngrédients pour 4 personnes
500 g de haricots verts
200 g de champignons de Paris
200 ml d'eau
sel poivre
4 cuillères à soupe d'huile d'olive
1 cuillère à café de gingembre moulu
1 cuillère à café d'ail déshydraté
1 jus de citron pressé

Préparation
Déposez les haricots verts et les champignons de Paris dans le panier vapeur du cookeo.
Versez 200 millilitres d'eau dans la cuve et déposer le panier vapeur dans la cuve

Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 8 minutes
Quand les haricots verts et les champignons de paris sont cuits laissez refroidir à l'air libre dans un premier temps puis placer le panier vapeur au frigo pendant au moins 2h .
Pendant la cuisson des haricots et des champignons de Paris finaliser votre sauce en ajoutant le sel ,le poivre, le gingembre et l'ail .
Servez froid

Salade tomates lentilles



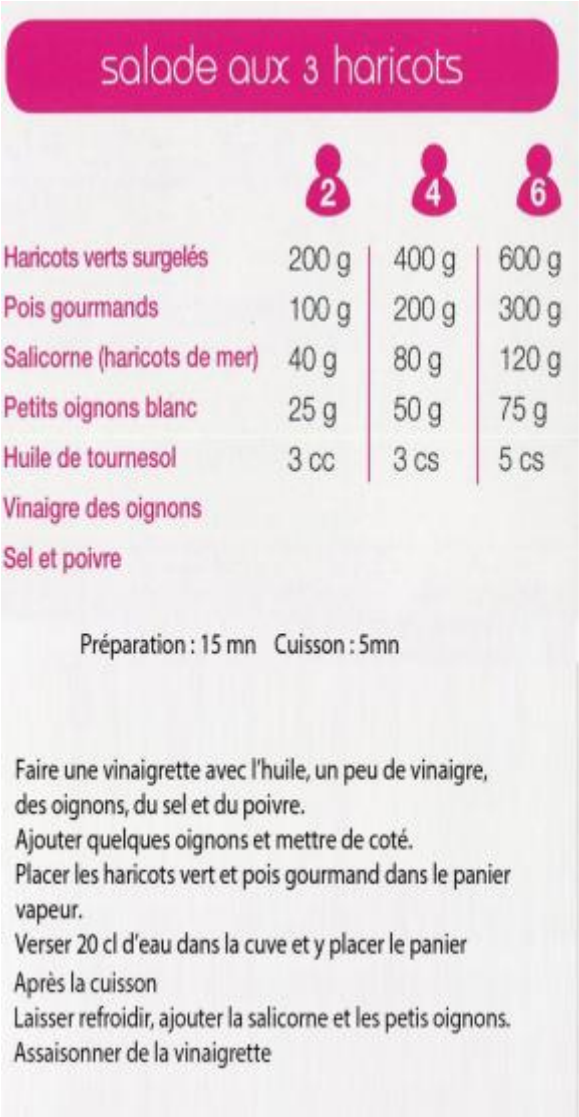
Salade tomates lentilles

Ingrédients pour 4 personnes
120 g de lentilles vertes
250 g de tomates cerise
Thym
Persil
1 cuillère à café d'ail déshydraté
4 cuillères à soupe d'huile
2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique
300 ml d'eau
Sel
Poivre

Préparation
Lavez et coupez vos tomates cerise.
Déposez les lentilles dans la cuve et versez 300 ml d'eau dessus.
Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 15 mn
Quand la cuisson est terminée faites refroidir les lentilles à l'air libre en les déposant dans un saladier
Quand les lentilles ont refroidi versez le vinaigre, l'huile.
Salez et poivrez.
Saupoudrez de thym et de persil.
Versez la cuillère d'ail déshydraté .mélangez l'ensemble.
Ajoutez les tomates et placez le saladier au frigo
Dégustez froid.

Salade de boulgour aux herbes

Salade 3 haricots



salade aux 3 haricots

	2	4	6
Haricots verts surgelés	200 g	400 g	600 g
Pois gourmands	100 g	200 g	300 g
Salicorne (haricots de mer)	40 g	80 g	120 g
Petits oignons blanc	25 g	50 g	75 g
Huile de tournesol	3 cc	3 cs	5 cs
Vinaigre des oignons			
Sel et poivre			

Préparation : 15 mn Cuisson : 5mn

Faire une vinaigrette avec l'huile, un peu de vinaigre, des oignons, du sel et du poivre.
Ajouter quelques oignons et mettre de coté.
Placer les haricots vert et pois gourmand dans le panier vapeur.
Verser 20 cl d'eau dans la cuve et y placer le panier
Après la cuisson
Laisser refroidir, ajouter la salicorne et les petis oignons.
Assaisonner de la vinaigrette

Sauce Roquefort au cookeo➳➳➳

Cookeo

Sauce Roquefort au cookeo

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients

1 verre de lait
200 g de crème fraîche
100 g de Roquefort
Poivre

« mode dorer »
Versez le verre de lait dans la cuve ,lorsqu'il commence à fumer ajoutez le Roquefort pour le faire fondre.

Ajoutez la crème fraîche et mélangez .Poivrez.
Servez sur une viande de votre choix.

cookeo

sauce bolognaise

Pour 6 pers.
- 600g de viande hachée
-3 oignons
- 2 gousses d'ail
-1 carotte
-1 branche de celeri
-800g de pulpe de tomates
-1 verre de vin,sel/poivre
-1cas d'huile/herbes de Provence

Couper en petits morceaux les oignons, l'ail, la carotte et la branche de celeri. En mode dorer, les faire revenir dans l'huile d'olive puis rajouter la viande. Ensuite rajouter la pulpe de tomates, le sel/poivre,les herbes de provence et le vin. Cuisson rapide 20 mins.

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

cookeo

Sauce bolognaise

Cookeo Moulinex

Sauce bolognaise

Appli mon cookeo

Ingrédients pour 4 personnes :
720 g de viande de bœuf hachée
2 oignons émincés
300 g de carottes émincées
900 g de tomates concassées et son coulis
100 ml de vin rouge
100 ml d'eau
150 g de lardons
Sel
Poivre
3 cuillères à soupe d'huile d'olive
1 cuillère à soupe d'ail déshydraté
90 g de céleri branche émincé

Préparation
Versez l'huile d'olive dans la cuve et faites revenir les 2 oignons que vous avez émincés. .
Ajoutez la viande hachée et les lardons pour les faire dorer .
Ajoutez ensuite les carottes et les lardons .
Versez le vin et l'eau puis les tomates concassées ,le céleri et l'ail déshydraté.
Salez et poivrez selon votre convenance .

Cuisson sous pression :
Programmez 45 min
Servez avec des pâtes ou autre féculent selon votre convenance

http://recettescookeo.net/

Sauce tomate

Sauce légumes spaghettis

SOUPES ET VELOUTES

Soupe au pistou

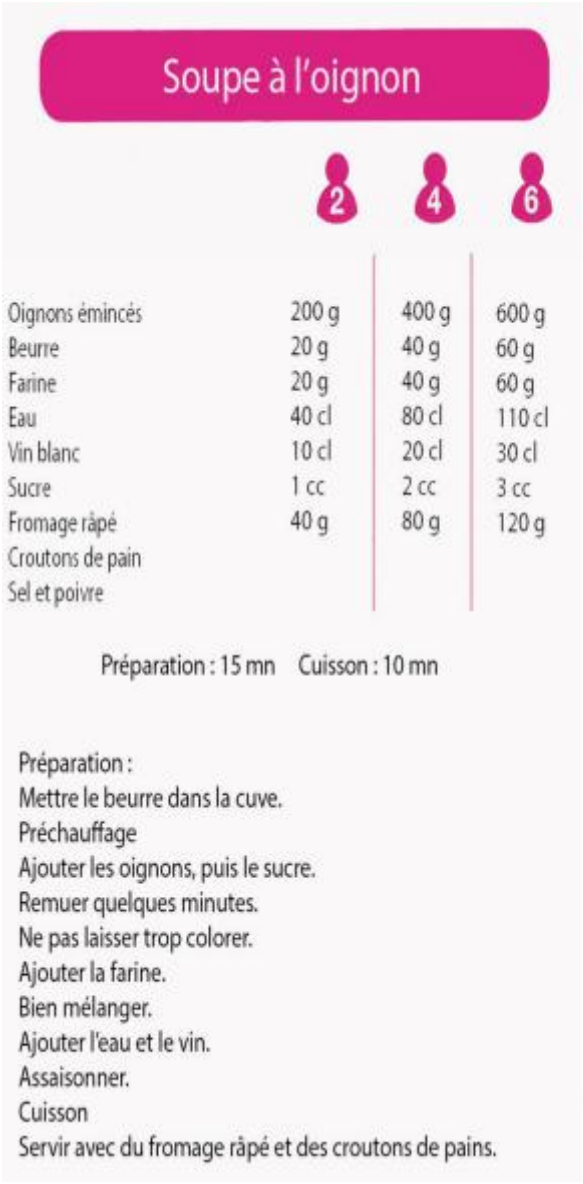
Soupe au pistou

	2	4	6
Pommes de terre, en dés	130 g	260 g	400 g
Haricots blancs (boîte)	100 g	200 g	300 g
Courgette, en dés	100 g	200 g	300 g
Haricots vert	130 g	260 g	400 g
Tomates pelées entières	70 g	140 g	150 g
Pâtes (vermicells)	50 g	100 g	150 g
Pistou	75 g	150 g	225 g
Parmesan	30 g	60 g	90 g
Eau	45 cl	90 cl	1.2 L
Sel et poivre			

2P Préparation : 15 mn Cuisson : 4 mn
4P Préparation : 15 mn Cuisson : 4 mn
6P Préparation : 15 mn Cuisson : 5 mn

Mettre tous les ingrédients dans la cuve, sauf la sauce au pistou, le parmesan et la concassée de tomates.
Saler et poivrer
Cuisson
Ajouter la concassée de tomates, la sauce au pistou et le parmesan.
Servir !

Soupe à l'oignon



Soupe à l'oignon

	2	4	6
Oignons émincés	200 g	400 g	600 g
Beurre	20 g	40 g	60 g
Farine	20 g	40 g	60 g
Eau	40 cl	80 cl	110 cl
Vin blanc	10 cl	20 cl	30 cl
Sucre	1 cc	2 cc	3 cc
Fromage râpé	40 g	80 g	120 g
Croutons de pain			
Sel et poivre			

Préparation : 15 mn Cuisson : 10 mn

Préparation :
Mettre le beurre dans la cuve.
Préchauffage
Ajouter les oignons, puis le sucre.
Remuer quelques minutes.
Ne pas laisser trop colorer.
Ajouter la farine.
Bien mélanger.
Ajouter l'eau et le vin.
Assaisonner.
Cuisson
Servir avec du fromage râpé et des croutons de pains.

Soupe poireaux pommes de terre

Soupe poireaux/pommes de terre

proposée par Agnès Lambolez

Ingrédients

pour 6 personnes

-1 oignon éminces

- 1 kg poireaux surgèles en rondelles
- 6 pommes de terre couper
- 1,5 litres d'eau

Mettre en mode dorer pour faire revenir l'oignon ajouter les poireaux , faire revenir 2/3 minutes, mettre ensuite les pommes de terre, l'eau et être en cuisson rapide 10 min.

À la fin passe a la moulinette rajouter 1 petite brique de crème liquide et assaisonner

Bonne appétit

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Soupe lentilles

Soupe de lentilles

proposée par http://episko.over-blog.com

Ingrédients

pour 2 personnes :

- 2 manchons de canard confits
- 1 oignon émincé
- 1 carotte coupée en rondelle
- 3 tranches de poitrine salée coupée en dés
- 2 verres de lentilles
- 1 litre d'eau
- 2 gousses d'ail
- Sel et poivre

Faire rissoler dans sa propre graisse le canard. Réserver.

Faire dorer dans la graisse de canard l'oignon et les carottes. Ajouter le lard. Incorporer les lentilles, l'eau, le sel, le poivre et l'ail.

Effilocher le canard et l'ajouter. Cuire à cuisson rapide pendant 30 mn au Cookeo

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Soupe froide carottes

Moulinex cookeo

Soupe froide de carotte à l'orange et au cumin

Jean-Claude Lyonne

Ingrédients :

Pour 6 personnes :

600 gr de carottes
le jus d'une orange
1 cube de bouillon de légume
ail
sel poivre
huile d'olive
et du cumin

Éplucher les carottes et les couper en rondelles.
Faire une soupe fonction cuisson dorer faire chauffer l'huile d'olive avec l'ail coupé finement, ajouter les carottes, faire suer le tout.
Puis fonction cuisson rapide : ajouter le cube émietté et mettre de l'eau.Cuisson 7 minutes.

Mixer les carottes avec le jus d'orange et ajouter le bouillon suivant la consistance désirée.
Ajouter le sel et le poivre, le cumin. Mettre dans des verrines ou des tasses à café .
Garder au frais. Ajouter de la coriandre au moment de servir

© https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Soupe potiron

Soupe au potiron

proposée par Mélissa Selosse

Ingrédients

Environ 6 bols

Une courge muscade de 1.200kg
2 carottes moyenne
sel, poivre (très peu)
2 KUB OR
1 litre d'eau
4 vaches qui rit

Cuisson manuel : cuisson rapide : 10 minutes

1) Mettre 1 litre d'eau + 2 kub or
2) Couper en rondelles courge et carottes + mettre dans le panier ou directement dans la cuve
3) sel poivre
4) Ensuite mettre la cuisson en route (cuisson manuel : cuisson rapide : 10 minutes)
5) Mixer le tout dans un autre plat et incorporer 4 vaches qui rit
Un régal pour tout le monde

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Soupe tomate

Soupe à la tomate

proposée par Céline Pouchin

Ingrédients

4 bols:
-5 tomates (pelées)
-1 gousse d'ail dégermée
-1 oignon émincé grossièrement
-concentré de tomate (selon la saison)
-750 ml de bouillon (de légumes ou de volaille)
-sel/poivre/piment de Cayenne (juste un peu)

Mode manuel cuisson rapide

Le tout à cuire 10 minutes

et mixer (dans un autre récipient) et c'est prêt !!

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Soupe d’endives

Soupe d'endives

proposée par Florence Cottenceau

Ingrédients

pour 6personnes:

1kg d'endives
800ml d'eau
1cube de bouillon
Sel, poivre,sucre.

Enlevez le coeur amer des endives, couper les dans la cuve du cookéo. Y ajouter le cube de bouillon, l'eau, salez, poivrer.
Lancer le cookéo pour 13mn de cuisson.
Après avoir mixer la soupe, je rajoute une cuillère de sucre si c'est amer.
Ensuite en fonction de vos gouts vous pouvez ajouter du fromage type vache qui rit, boursin ou bien du gruyère!

Bonne apetit amis cookinautes!

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Soupe courgettes vache qui rit

Soupe courgette-vache qui rit

proposée par Céline Pouchin

Ingrédients

pour 4 bols

-5 courgettes ou un sachet de courgettes congelées
-750 ml bouillon de volaille
-sel/poivre
- 4 vaches qui rit (fromage)

en mode manuel cuisson rapide
faire cuire 10 min (les courgettes + bouillon +sel poivre) et mixer le tout (en changeant de récipient, je ne voudrais pas rayer mon cookéo !!!) avec 4 "vache qui rie".
Rectifier l'assaisonnement si besoin et remettre dans le cookéo en mode "maintenir au chaud".

bon appétit !

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Soupe à l'oignon

Soupe à l'oignon

proposée par Idées Recettes Cookeo

Ingrédients

Pour 4 personnes

4 gros oignons emincés
1 cuillere a soupe de farine
3 cuillere a café de sucre
1 morceau de beurre
un cube ou bouillon dans un litre et demi d'eau
sel / poivre
croutons / fromage rapé

En mode MANUEL fonction dorer

faire revenir les oignons dans le beurre + sucre (3 cuilleres a café) pendant au moins 10mn (faut que les oignons prennent de la couleur mais surtout ne pas les faire cramer

ajouter la cuillere a soupe de farine , bien melanger et verser votre bouillon (cube) salé poivré bien remué
cuisson rapide 10mn
servez votre soupe avec des croutons et du gruyere !
bon appetit

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Soupe fenouil

Moulinex cookeo

Soupe de fenouil au parmesan

Jean-Claude Lyonne

Ingrédients :

Pour 4 personnes

2 fenouils
de l'ail
4 cs de parmesan
huile d'olive
sel, poivre
des pignons de pin pour décorer.

Enlever la partie externe la plus dure du fenouil y compris les branches et couper le fenouil en petits morceaux.

Dans le cookeo fonction Dorer faire revenir d'huile d'olive avec l'ail, ajouter le fenouil et faire suer pendant 1-2 minutes.

Fonction Cuisson rapide Verser l'eau . Cuire 8 minutes environ.

Passer au mixeur. Remettre la soupe dans le cookéo fonction "tenir au chaud" et y ajouter le parmesan en tournant jusqu'à ce qu'il fonde. Saler et poivrer. Servir décoré des pignons de pins et un filet d'huile d'huile. Servir chaud ou tiède.

© https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Soupe de la mer

Soupe de la mer

proposée par Christelle Guénard

Ingrédients

pour 6 pers)
1.5 litre d'eau,
1 cube bouillon de poisson, bouquet garni (thym, laurier, persil)
sel, poivre,
1 oignon emincé, 1 echalotte,
1 paquet de cocktail de fruit de mer surgelé,
quelques crevettes,
300g de merlu coupé en morceau (attention aux quelques arrêtes)

Mettre tous les ingredients dans le cookéo
cuisson rapide (8min)...

La soupe ressemble plus a un bouillon, pour accentuer la texture rajouter une briquette de sauce tomate.
J'attend vos remarques.

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Soupe légumes à l'ancienne

Soupe de légumes à l'ancienne

proposée par Mimi Titi

Ingrédients

1 poireau
3 carottes
5 PdeT ou/et 3 courgettes
1 oignon
1 navet
1 cube bouillon de légumes
400ml d'eau
Sel/poivre

Éplucher et couper tous les légumes. Les mettre dans la cuve du cookeo.
Faire fondre le cube bouillon de légume dans l'eau et le mettre dans la cuve. Sel/poivre selon votre goût.
En mode cuisson rapide 15 min
Mettre le tout au mixeur

C'est prêt !

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Soupe paysanne

cookeo

Soupe paysanne rapide

-1 sachet de légumes pour potage congelé
-25g de beurre
- 1 cac de thym en poudre
- 250g de lardons émincés fumés
-1cas de boursin ail et fines herbes
- 25cl de crème fraiche semi-épaisse
- 1 litre d'eau/1 cube de bouillon de boeuf

Mettre en mode dorer,puis faire fondre le beurre avec le thym.
Rajouter le sachet de légumes et faire dorer en remuant pendant 5 mins.Ajouter les lardons.
Ajouter l'eau et le bouillon, cuisson rapide 7 mins.
En fin de cuisson, mettre la crème et le boursin. Mixer.

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

cookeo

Soupe légumes du soleil

Soupe de légumes du soleil

proposée par Mimi Titi

Ingrédients

3 courgettes
2 poivrons
4 carottes
2 gousses d'ail
Herbe de Provence
1 cube ail et fine herbe
400ml d'eau
Sel/poivre

Éplucher et couper tous les légumes.
Les mettre dans la cuve du cookeo.
Faire fondre le cube d'ail et fine herbe dans l'eau et mettre dans la cuve. Sel Poivre et herbe de provence a votre goût.
En mode cuisson rapide 15 min
Mettre le tout au mixeur

C'est prêt

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Soupe de panais

Moulinex cookeo

Soupe de panais

Emilie Debuissy

Ingrédients :

3 pommes de terre
2 panais
1 carotte
1 poireau
Sel et poivre

Épluchez et coupez tous les légumes, mettre dans la cuve. Les recouvrir d'eau.

Mettre en cuisson rapide 10mn.mixer et assaisonner

© https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Soupe tomates carottes

Soupe de tomates & carottes

Ingrédients

1 kg de tomates,
200gr de carotte,
un oignon,
200ml de bouillon de volaille
et un cube de bouquet garni.

Je coupe mes tomates en des après les avoir pelé et évidé.
Je mets mes carottes en rondelle et mon oignon émincé.
Je mets tout dans le cookeo en mode cuisson rapide pendant 10min et je mixe.

Idée sympa pour un soir.

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Soupe marocaine

cookeo

Soupe Marocaine aux mille vertus

Adeline Fournial

Ingrédients :

Pour 4 personnes
- 6 gousses d'ail
- 1 c à s de menthe fraiche
- 1 c à s de d'origan frais haché
- 1 pincée de pistil de safran
- 1 c à c de poivre moulu
- 1 c à s d'huile d'olive
- 1 c à s de farine

Eplucher les gousses d'ail et les garder entières, les mettre dans la cuve avec tous les ingrédients sauf la farine avec 1 L d'eau froide.
Ensuite en mode cuisson rapide 10 min.
Au dernier moment delayer la farine dans un verre d'eau froide et ajouter à la soupe tout e remuant.
Remettre en cuisson rapide 5 min.
Si necessaire rajouter un peu d'eau.
La consistance doit être en velouté.

https://www.facebook.com/groups/305294616240741

cookeo

Soupe douceur d'hiver

Soupe "douceur d'hiver"

proposée par Inès Castryck

Cuisson rapide 10mn

Ingrédients

800g environ de Citrouille
2 petites Pommes de terre
1 Carotte
1 Oignon
1 litre d'eau
muscade
sel poivre
cube de bouillon de légumes ou kub or

Couper les légumes en cubes, les placer dans la cuve, ajouter environ 1 Litre d'eau (cela doit à peine recouvrir les légumes),
une pincée de muscade, de sel et de poivre puis enfin un cube de bouillon de légumes ou un kub or.
Faites cuire en cuisson rapide durant 10 minutes.
A la fin de la cuisson, mixer le tout, ajouter trois à quatre cuillères à soupe de crème fraiche et mixer à nouveau.
Ajuster la dose de sel à votre goût puis régalez-vous :)

Soupe fenouil

Soupe de la mer

proposée par Christelle Guénard

Ingrédients

pour 6 pers)
1.5 litre d'eau,
1 cube bouillon de poisson, bouquet garni (thym, laurier, persil)
sel, poivre,
1 oignon emincé, 1 echalotte,
1 paquet de cocktail de fruit de mer surgelé,
quelques crevettes,
300g de merlu coupé en morceau (attention aux quelques arrêtes)

Mettre tous les ingredients dans le cookéo
cuisson rapide (8min)...

La soupe ressemble plus a un bouillon, pour accentuer la texture rajouter une briquette de sauce tomate.
J'attend vos remarques.

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Soupe à la mode chinoise

soupe à la mode chinoise

	2	4	6
Bouillon miso (ou de légumes)	65 cl	100 cl	1,4 l
Tofu coupés en dés	125 g	250 g	375 g
Poireaux en julienne	50 g	100 g	150 g
Champignons noirs chinois	30 g	60 g	90 g
Nouilles chinoises aux œufs	25 g	50 g	75 g

Préparation : 10 mn Cuisson : 4 mn

Préparation :
Placer tous les ingrédients dans la cuve

Soupe de pois cassés

soupe de pois cassés

	2	4	6
Pois cassés (secs)	125 g	250 g	325 g
Oignons émincés	½	1	1 ½
Eau	40 cl	80 cl	1,2 l
Fromage frais en portions	2	4	6
Sel et poivre			
Morceaux de sucre	1	2	3

Préparation : 5 mn Cuisson : 15 mn

Préparation :
Placer dans la cuve et mélanger
Après la cuisson .
Mixer et savourer

Soupe de carottes au cumin au cookeo

Cookeo

Moulinex

Soupe de carottes au cumin

Jean-Philippe Rousseau

Ingrédients pour 4 personnes

1kg de carottes

1 oignon

1 pomme de terre

750 ml d'eau

1 cuillère à café de curry

1 cuillère à café de cumin

Sel

Poivre

20 cl de crème fraîche liquide

Coupez les carottes et la pomme de terre en morceaux

Pelez et coupez l'oignon en morceaux .

Mode dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve puis faites dorer les morceaux d'oignons puis ajoutez les carottes et les morceaux de pommes de terre .

Versez de l'eau dans la cuve et saupoudrez de cumin et de curry .

Salez et poivrez .

Mode cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 12 mn

Quand la cuisson est terminée mixez l'ensemble des ingrédients et ajoutez la crème fraîche.

Servez chaud

Velouté champignons

cookeo

velouté de champignons

-500g de champignons
-33 cl de crème liquide
-1 oignon et ou échalotes
-25 cl de vin blanc
-50 g de beurre
-sel poivre

Laver et couper les champignons.
Mettre le beurre et les oignons émincés dans la cuve en mode dorer.
Quand les oignons sont transparents, ajouter les champignons.
Faire revenir les champignons 5 mn.
Ajouter le vin blanc, sel et poivre.
Cuisson rapide 10 mns.
A la fin, ajouter la crème et laisser en mode dorer. Mixer.

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

cookeo

Velouté topinambours

Moulinex cookeo

Velouté de topinambours

Manue Manue Lhotelier

Ingrédients :

500g de topinambours
1 pomme de terre
1 oignon
80g de fromage blanc
beurre

Éplucher et couper les légumes en morceaux
Faire revenir dans le beurre
Couvrir d'eau, saler et poivrer
Cuisson rapide 20 minutes
Ajouter le fromage blanc et mixer

© https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Velouté de patisson

Velouté potimarron

Velouté de potimarron

Proposée par Cathy Scoth

Ingrédients

1 potimarron
3 pdt
1 oignon
1 bouillon de volaille
du fromage de chevre genre buche sel
poivre

en mode dorer je fais revenir un oignons
j ajoute le potimarron epluché et en morceau
j arrete de dorer
j ajoute un bouillon cube sel poivre et eau et pdt
je cuit en mode rapide 15 mns
je mixe et j ajoute du fromage de chevre et un peu de creme liquide

Bon appetit

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Velouté courge spaghettis

Velouté de courge spaghetti

cookeo

Ingrédients :
Pour 4 personnes :
- 1 courge spaghetti
- 2 carottes
- 1 pomme de terre
- 1 cube de bouillon
  1/2 cuillère a café de curry
  sel
  10cl de crème liquide

- Couper tous les légumes
- Les mettre dans la cuve avec le cube de bouillon et le curry.
- Couvrir d'eau et mettre en mode cuisson rapide 10 à 15 mn selon la taille de la courge.

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

cookeo

Velouté haricots verts

Velouté d'haricots vert

proposée par Mimi Titi

Ingrédients

500G d'haricots vert surgelé ou frais
3 courgettes
1/2L d'eau
1 KubOr
1 petite brique de crème liquide légère
1 oignon
Sel/Poivre/piments d'espellette
Parmesan

Couper éplucher oignons courgettes
En mode doré
Mettre l'oignon
Une fois translucide rajouter courgettes et haricot vert 5 min
Saler poivrer selon votre goût
2 pincer de piments d'espellette
Dissoudre le KubOr dans l'eau chaud
Ajouter l'eau dans la cuve du cookeo
Remuer
10 min en mode cuisson rapide
Mettre le tout (pas toute l'eau) au mixeur
Rajouter la brique le crème liquide
Au moment de servir parsemer de parmesan
C'est prêt !!

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Soupe fenouil

Soupe de la mer

proposée par Christelle Guénard

Ingrédients

pour 6 pers)
1.5 litre d'eau,
1 cube bouillon de poisson, bouquet garni (thym, laurier, persil)
sel, poivre,
1 oignon emincé, 1 echalotte,
1 paquet de cocktail de fruit de mer surgelé,
quelques crevettes,
300g de merlu coupé en morceau (attention aux quelques arrêtes)

Mettre tous les ingredients dans le cookéo cuisson rapide (8min)...

La soupe ressemble plus a un bouillon, pour accentuer la texture rajouter une briquette de sauce tomate.
J'attend vos remarques.

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Velouté brocolis carottes

Moulinex cookeo

Velouté de brocolis et carottes

Emilie Debuissy

Ingrédients :

1 brocoli (les bouquets que vous pouvez trouver sous celophane)
3 carottes
2 grosses pommes de terre
1 oignon
1 cube bouillon de volaille
Sel et Poivre

Coupez les légumes. Mettre le cube de bouillon de légumes. Recouvrir d'eau et mettre en cuisson rapide 10mn. Et mixer

© https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Velouté d'asperges

Moulinex cookeo

Veloute d'asperges

Nathalie Ribals

Ingrédients :

4/6 pers

-1 echalotte
- 450gr d asperges vertes (surgelées ou bocaux)
- 3 petites pommes de terre
- 1 cc de fond de volaille
- 500 ml d eau
- 1 cs de creme.fraiche epaisse
- sel, poivre

Faire dorer l echalotte et les pommes de terre coupées en morceaux. Couper les tetes d asperges et les reserver. Ajouter le reste des asperges dans la cuves. Ajouter la cuillere a cafe de fond de volaille, melanger et couvrir de 500ml d eau. Cuire 10mn en cuisson.rapide.

Mixer, ajouter la cuillere a soupe de creme fraiche, saler et poivrer a votre convenance. Rajouter les tetes d asperges et maintenir au chaud !

© https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Velouté chou fleur

Velouté de choux fleur

proposée par David Boulanger

Ingrédients

(pour 6 personnes) :

- 1 chou-fleur
- 2 pommes de terre
- 750 ml d'eau
- 1 bouillon cube de volaille
- origan
- sel, poivre
- 50 g de beurre
- 2 cuillères à soupe de crème fraiche

Détailler le chou-fleur.

En mode manuel cuisson rapide:

Mettre dans le cookeo, le chou-fleur découpé ("en fleurs"), les pommes de terre, le bouillon cube, 750 ml d'eau, l'origan et le sel.

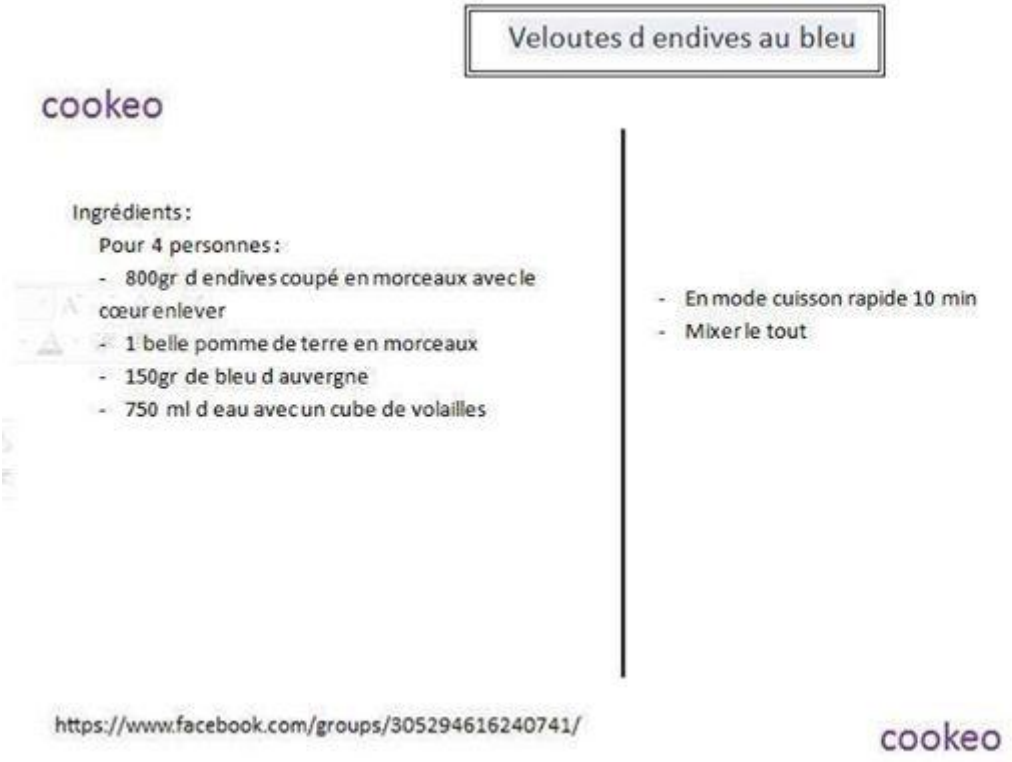
Faire cuire 10minute.

Mixer le tout avec le beurre et la crème fraiche.

Assaisonner avec du sel et du poivre.

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Velouté d'endives au bleu



Soupe de carottes au cumin au cookeo

Tagliatelles de courgettes

Moulinex cookeo

Tagliatelles de courgettes aux pignons de pins

Jean-Claude Lyonne

Ingrédients :

Pour 4 personnes

4 courgettes
50 gr de pignons de pins
huile d'olive
thym
sel et poivre

Tu émonces les courgettes en fines lamelles, à l'aide d'un économe,

faire chauffer l'huile dans le cookéo fonction manuel "dorer".

Ajoutez les courgettes et le thym. Salez et faites cuire 5 min.

Ajoutez les pignons et poursuivez la cuisson quelques minutes, jusqu'à ce les courgettes soient tendres !)

C'est tout bêtes mais c'est tout bon !Tu peux accompagner ce plat avec des tartines de chèvres chaud au miel !!!

Tagliatelles saumon épinards

cookeo

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.

Terrine de courgettes

cookeo

Terrine de courgettes

Pour 6 pers.
-1.4kg de couregettes
-2 oignons
-130g de mie de pain
- 4oeufs
- 1 bouquet de basilic

Cuire dans une poêle les légumes sans les colorer, avec un peu d'huile, 20 minutes.Réduire en purée. Faire tremper la mie de pain dans un peu de lait et l'ajouter a la purée de courgettes.Battre les oeufs et la basilic et les ajouter aux courgettes.Graisser un moule et tout déposer dedans.Le mettre dans le panier.Mettre 300 ml d'eau dans la cuve, et le panier couvert de film. Cuisson rapide 30 minutes.

ttps://www.facebook.com/groups/305294616240741/

cookeo

Tortellinis fromage

Moulinex cookeo

Tortellini au fromage

Caroline Matthéo Timéo Caron

Ingrédients :

Pour 3/4 personnes

250g de tortellini (au fromage)
200 ml de creme liquide
20 ml d'huile d'olive
40g de gruyere rapé ou de parmesan
sel, poivre

Mettre tous les ingrédients dans la cuve et bien melanger,

lancer en cuisson rapide pour 3 minutes (c'était indiqué 2min mais c'était pas assez cuit, je pense que 3 min ca devrait etre bon).

bon appetit

DESSERTS

Riz au lait canelle

Riz au lait à la vanille

Cookeo

Riz au lait à la vanille

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients

500 ml de lait
2 jaunes d'œuf
120 g de riz
1 demi-gousse de vanille
30 g de sucre en poudre
1 sachet de sucre vanillé

Versez le lait dans la cuve .Ajoutez le riz et la gousse de vanille.
Ajoutez le sucre en poudre et le sucre vanillé .Mélangez l'ensemble des ingrédients.
Déposez les jaunes d'œuf. Battez les œufs avec un fouet dans la cuve.
Programmer la **cuisson rapide** ou **sous pression** programmez 10 mn.(temps de cuisson du riz indiqué sur le paquet divisé par 2). Et voilà il suffit ensuite de laisser refroidir à l'air libre dans un premier temps puis au frigo pour plus de fraîcheur.

Riz au lait au chocolat

Cookeo

Riz au lait au chocolat

Jean-Philippe Rousseau

Moulinex

Ingrédients

1 litre de lait
2 barres de chocolat
250 g de riz rond
60 g de sucre

"fonction dorer "

Faites fondre le chocolat avec un petit peu d'eau dans la cuve puis ajoutez le lait ,mélangez bien
Ajoutez le sucre ainsi que le riz et mélangez à nouveau .

Passez en cuisson rapide 10 mn

Versez le contenu de la cuve dans un saladier , laissez refroidir à l'air libre puis placez le saladier au frigo

Riz au au lait au chocolat

Pour 6 ramequins
-150g de riz patissier
-60g de sucre
-1 sachet de sucre vanillé
-1/2 litre de lait
-1 tablette de chocolat noir ou au lait
-patissier

Tout mettre dans la cuve,
cuisson rapide 15 mins.
Une fois la fin de cuisson
rajouter 100ml de lait froid pour
que le riz reste fondant.

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

cookeo

Riz au lait au Nutella

Riz au lait grenadine

cookeo

Riz au lait/grenadine

Magali Lefebre

Ingrédients :

- 150g de riz dessert
- 650ml de lait
- 20g de sucre
- 4 cas de grenadine

Bien rincer le riz.
Dans la cuve, mélanger 400ml de lait avec tout les autres ingrédients.
Cuisson 17min.
Rajouter le reste du lait et bien mélanger.
Repartir dans des verrines, mettre du film transparent dessus.
Laisser refroidir au frigo. Une fois froid, mettre un peu de confiture de fraise sur le dessus.

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

cookeo

Riz au lait vanille coco

Moulinex cookeo

Riz au lait vanille coco

Aude Petitpas

Ingrédients :

150gr riz rond
300 ml lait demi écrémé
200 ml lait de coco
60 gr sucre
1 gousse vanille
1 grosse CAS de noix de coco rapée

Bien rincer le riz
Mettre dans la cuve 200 ml de lait le lait de coco le riz le sucre la noic de coco rapée et les graines de vanille
14 min cuisson rapide

Après cuisson rajouter les 100 ml de lait restant, remuer et mettre au frigo.

Semoule au lait

Moulinex cookeo

Semoule au lait

Cécile Maréchal

Ingrédients :

200gr de semoule
100gr de sucre + selon les goûts
700ml de lait entier

Mettre cuisson rapide pendant 7 min
En fin de cuisson rajouter du lait et mélanger pour obtenir la consistance voulu

Semoule au chocolat

Cookeo Moulinex

Semoule au chocolat

Ingrédients

100 g de semoule spéciale dessert
1 l de lait
50 g de sucre en poudre
1 sachet de sucre vanillé
40 g de chocolat noir
2 oeufs

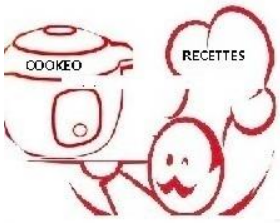
Préparation

Mode dorer

Versez le lait dans la cuve et ajoutez les carrés de chocolat pour les faire fondre .
Quand le chocolat est fondu incorporez la semoule .Ajoutez le sucre en poudre et le sucre vanillé.
Portez le mélange à ébullition . Ajoutez les 2 œufs au début de l'ébullition .
Quand le mélange présente une grosse ébullition et qu'il épaissi arrêter le cookeo et versez dans un saladier ou dans des rammequins.
Laissez refroidir à l'air libre puis placez au frigo.

https://www.facebook.com/cookeorecettes/ http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

Soupe poire sirop d'agave



Soupe poires sirop d'agave

Ingrédients

1 kg de poires coupées en morceaux
70 ml d'eau
30 ml de jus de citron
Sirop d'agave
2 yaourts nature brassés

200 CALORIES 3 PP 3 SP

Préparation

Epluchez et coupez les poires en morceaux .
Déposez les morceaux de poires. Versez l'eau et le jus de citron

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 6 mn
Pendant la cuisson des morceaux de poires préparez vos verrines ou ramequins ou verres.
Versez du sirop d'agave dans les récipients puis partagez les 2 yaourts nature brassés
Quand la cuisson est terminée ouvrez votre cookeo et laissez refroidir.
Mixez .
Versez la soupe dans les récipients . Déposez les récipients dans le frigo au moins 2 h .

Cookeo Moulinex

https://www.facebook.com/cookeorecettes/ http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ http://recettescookeo.net/

Soupe coco et fruits

Soupe Coco et Fruits

proposée par Abdel Alaoui

Ingrédients

pour 2 personnes :

- Lait de coco 180ml
- Sucre semoule 60g
- Eau 70ml
- Ananas frais en morceaux 50g
- Morceaux de banane 70g
- 1 fruit du dragon

En mode recette "dessert" soupe coco"
recette en vidéo

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Soupe de fraises aux agrumes

Soupe de fraises aux agrumes

	2	4	6
Fraises	200 g	400 g	600 g
Sucre	50 g	100 g	150 g
Orange (zestes et suprêmes)	1	2	3
Eau	5 cl	10 cl	15 cl
Citron vert (zestes)	1/2	1	1.5
Feuilles de basilic	6	12	18

Préparation : 10 mn Cuisson : 1 mn

Mettre l'eau et le sucre dans la cuve.
Préchauffage
Ajouter les fraises, les feuilles de basilic et les zestes d'orange et de citron vert.
Cuisson
Mixer, refroidir.
Au moment de servir, ajouter les suprêmes d'oranges.

Soupe de fruits au thé jasmin

Soupe de fruits ou thé jasmin

	2	4	6
Fruits exotiques en dés (ananas, mangue, banane)	300 gr	600 g	900 g
Eau	20 cl	40 cl	60 cl
Sucre	30 g	60 g	90 g
Sachets de thé jasmin	2	4	6

Préparation : 10 mn Cuisson : 10 mn

Préparation :
Préchauffage
Verser l'eau dans la cuve. Ajouter le sucre et les sachets de thé.
Mélanger et infuser à votre gout.
Retirer les sachets de thé.
Verser les fruits.
Cuisson
Garder au froid une nuit
Servir très froid avec des langues de chat

Terrine de poire et épices

Terrine de poires et épices

	2	4	6
Poires pelées, coupées en cube	250 g	500 g	750 g
Eau	12 cl	24 cl	36 cl
Sucre	30 g	60 g	90 g
Gélatine en feuilles, ramolie dans un bol d'eau glacée	5 g	10 g	15 g
Baton de canelle	0.5	1	1
Gousse de vanille grattée	0.33	0.66	1
Moule a cake			

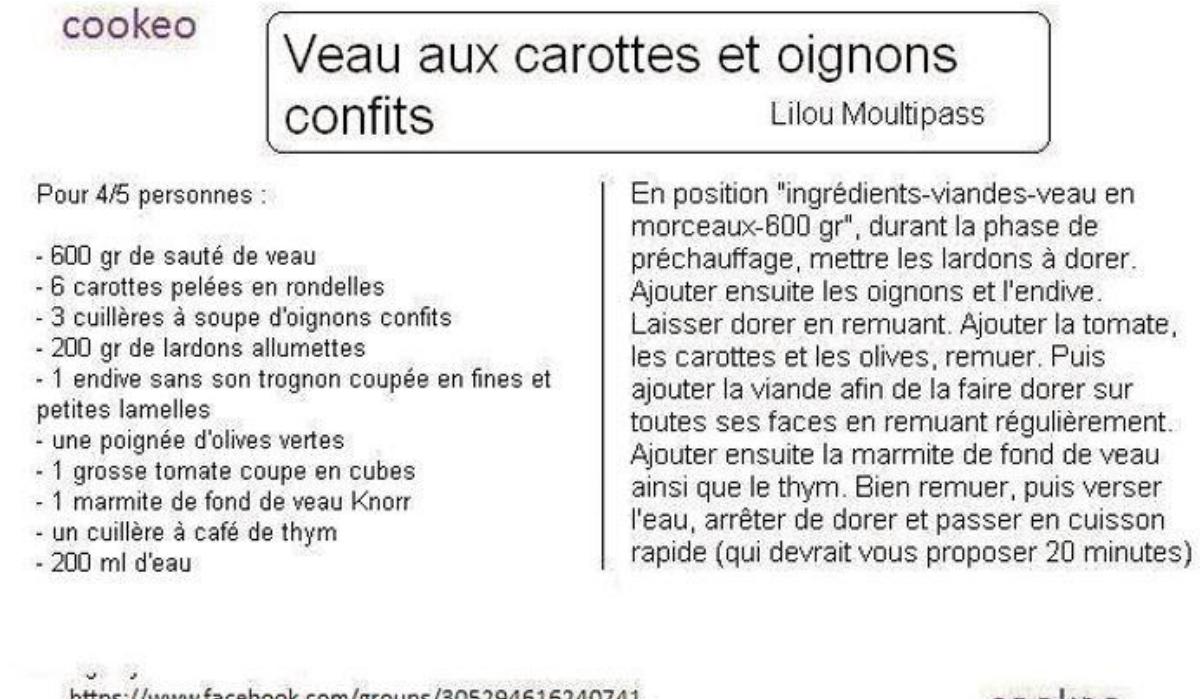
Préparation : 20 mn Cuisson : 5 mn

Préparation :
Placer tous les ingrédients sauf la gélatine dans la cuve.
Cuisson
Après la cuisson
Mixer le jus avec la gélatine.
Placer les poires dans le moule, y verser le jus.
Garder au froid.

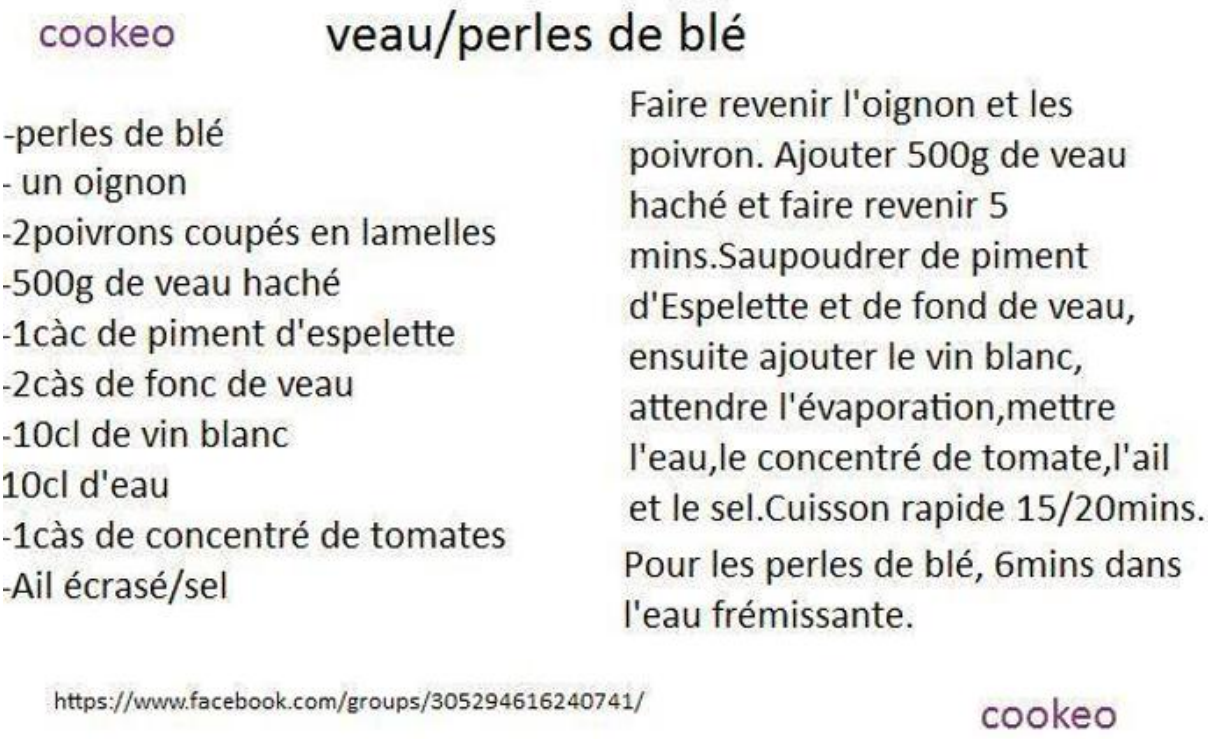
LETTRES UVWWXYZ

VIANDES

Veau aux carottes et oignons confits



Veau perles de blé



Veau Roquefort

cookeo

veau au roquefort

Pour 6 pers.
-1kg de sauté de veau
-1 boite de champignons emincés
-20cl d'eau
-1 roquefort
-20cl de crème fraîche

Faire revenir la viande dai
d'huile.Ajouter les champ
roquefort en morceaux, e
Cuisson rapide 12 mins.
A la fin, rajouter la crème

Veau marengo

Moulinex cookeo

Veau marengo

Catherine Chapron

Ingrédients :

pour 4 personnes :
- 1 kg d'épaule de veau en morceaux
- 3 échalotes émincées
- 1 carotte coupée finement
- 1 cuil. à soupe bombée de farine
- 1/4 litre de vin blanc sec
- 1/4 litre d'eau
- 1 petite boîte de concentré de tomate
- 2 gousses d'ail
- bouquet garni
- beurre
- sel, poivre
- 125 g de champignons de paris

Mettre la viande à dorer avec le beurre dans le Cookeo. Ajouter les échalotes et la carotte. Saupoudrer avec la farine et bien mélanger.
Ajouter tous les autres ingrédients sauf les champignons et mettre en cuisson rapide pour 30 mn.
Au bout des 30 mn, mettre les champignons et cuire 5 mn en mode cuisson rapide.
Servir avec des pommes de terre vapeur.
Bon appétit

Veau marengo

Moulinex cookeo

Veau Marengo

Isabelle Rives

Ingrédients :

4 personnes

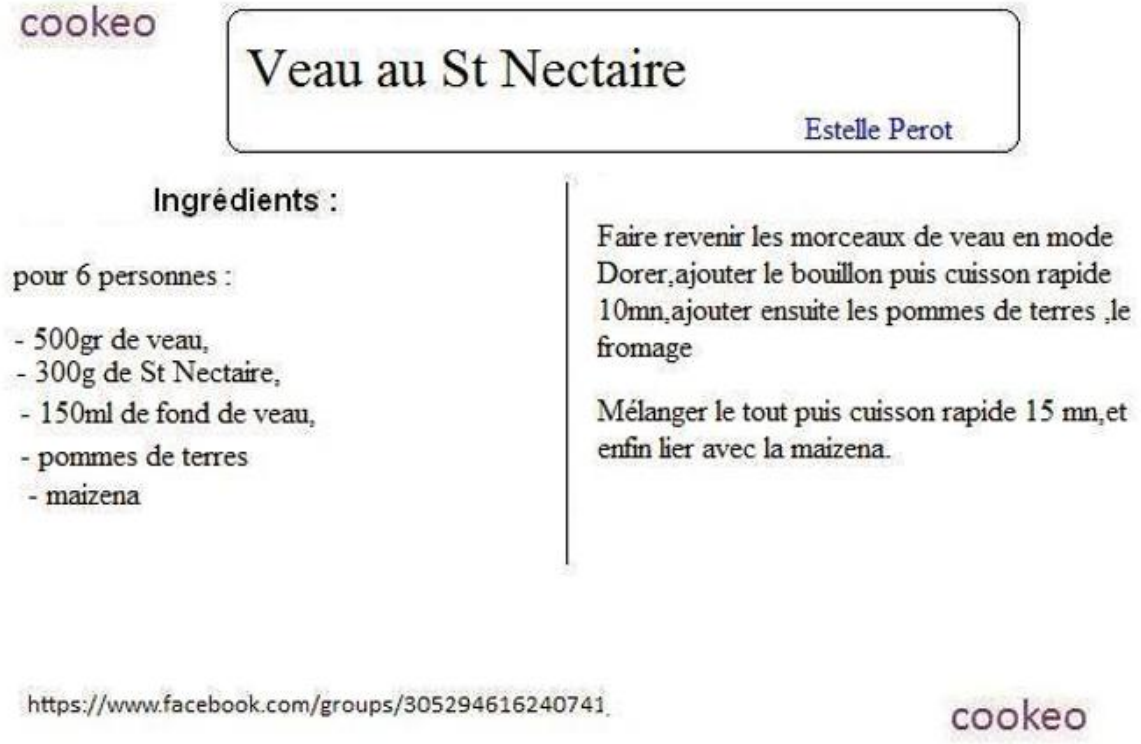
1kg de veau
800g légumes pour couscous
400g champignons émincés
250 ml eau
250ml vin blanc
70g de concentré de tomates
oignons
herbes de provence
paprika
sel poivre

Mettre le veau et les légumes, les liquides, délayer dessus le concentré de tomates puis les épices,

mode blanquette de veau 6 pers cuisson dure 20mn !

© https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Veau au Saint Nectaire



Vol au vent

POISSONS

Wonton crevettes gingembre

Wonton crevettes gingembre

	2	4	6
Pâtes à raviolis chinois (wonton)	10	20	30
Eau	25 cl	30 cl	35 cl
Crevettes décortiquées	150 g	300 g	450 g
Lait de coco	25 cl	30 cl	35 cl
Gimgembre frais	1 cc	2 cc	3 cc
Citronelle, en rondelle	1 tige	2tiges	3 tiges
Coriandre fraiche ciselée	10 g	20 g	30 g
Sauce nuoc mam	1 cs	1 cs	1 cs
Citron vert (zestes)	1/2	3/4	1

Préparation : 15 mn

Préparation :
Mélanger les crevettes, la moitié de la coriandre, le gingembre et farcir les wontons.
Mettre dans la cuve le reste des ingrédients.
Préchauffage
Ajouter les raviolis bien fermés par 10, les laisser 2 mn, retirer;
Recommencer si besoin .
Rajouter du liquide si le niveau baisse.
Remettre tous les wontons précuits dans le bouillon.
Servir les wontons avec un peu de bouillon, saupoudrer de zestes de citron vert.

LEGUMES

Velouté rutabaga

Velouté de rutabaga

Emilie Debuissy

Ingrédients :

5 rutabagas (tout dépend de leur taille)
1 carotte
1 poireau
1 pomme de terre
1 cube de bouillon de volaille
1/2 cuillère à café de cumin en poudre
piment d'Espelette ou Cayenne

Coupez tous les légumes, les recouvrir d'eau. Ajouter le bouillon de légumes.

Mettre en mode cuisson normal 10mn mixer et assaisonner.

© https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Velouté champignons

cookeo

velouté de champignons

-500g de champignons
-33 cl de crème liquide
-1 oignon et ou échalotes
-25 cl de vin blanc
-50 g de beurre
-sel poivre

Laver et couper les champignons.
Mettre le beurre et les oignons émincés dans la cuve en mode dorer.
Quand les oignons sont transparents, ajouter les champignons.
Faire revenir les champignons 5 mn.
Ajouter le vin blanc, sel et poivre.
Cuisson rapide 10 mns.
A la fin, ajouter la crème et laisser en mode dorer. Mixer.

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

cookeo

Velouté topinambours

Moulinex cookeo

Velouté de topinambours

Manue Manue Lhotelier

Ingrédients :

500g de topinambours
1 pomme de terre
1 oignon
80g de fromage blanc
beurre

Éplucher et couper les légumes en morceaux
Faire revenir dans le beurre
Couvrir d'eau, saler et poivrer
Cuisson rapide 20 minutes
Ajouter le fromage blanc et mixer

© https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Velouté de patisson

Velouté potimarron

Velouté de potimarron

Proposée par Cathy Scoth

Ingrédients

1 potimarron
3 pdt
1 oignon
1 bouillon de volaille
du fromage de chevre genre buche sel
poivre

en mode dorer je fais revenir un oignons
j ajoute le potimarron epluché et en morceau
j arrete de dorer
j ajoute un bouillon cube sel poivre et eau et pdt
je cuit en mode rapide 15 mns
je mixe et j ajoute du fromage de chevre et un peu de creme liquide

Bon appetit

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Velouté courge spaghettis

Velouté de courge spaghetti

cookeo

Ingrédients :
Pour 4 personnes :
- 1 courge spaghetti
- 2 carottes
- 1 pomme de terre
- 1 cube de bouillon
  1/2 cuillère a café de curry
  sel
  10cl de crème liquide

- Couper tous les légumes
- Les mettre dans la cuve avec le cube de bouillon et le curry.
- Couvrir d'eau et mettre en mode cuisson rapide 10 à 15 mn selon la taille de la courge.

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

cookeo

Velouté haricots verts

Velouté d'haricots vert

proposée par Mimi Titi

Ingrédients

500G d'haricots vert surgelé ou frais
3 courgettes
1/2L d'eau
1 KubOr
1 petite brique de crème liquide légère
1 oignon
Sel/Poivre/piments d'espellette
Parmesan

Couper éplucher oignons courgettes
En mode doré
Mettre l'oignon
Une fois translucide rajouter courgettes et haricot vert 5 min
Saler poivrer selon votre goût
2 pincer de piments d'espellette
Dissoudre le KubOr dans l'eau chaud
Ajouter l'eau dans la cuve du cookeo
Remuer
10 min en mode cuisson rapide
Mettre le tout (pas toute l'eau) au mixeur
Rajouter la brique le crème liquide
Au moment de servir parsemer de parmesan
C'est prêt !!

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Soupe fenouil

Soupe de la mer

proposée par Christelle Guénard

Ingrédients

pour 6 pers)
1.5 litre d'eau,
1 cube bouillon de poisson, bouquet garni (thym, laurier, persil)
sel, poivre,
1 oignon emincé, 1 echalotte,
1 paquet de cocktail de fruit de mer surgelé,
quelques crevettes,
300g de merlu coupé en morceau (attention aux quelques arrêtes)

Mettre tous les ingredients dans le cookéo cuisson rapide (8min)...

La soupe ressemble plus a un bouillon, pour accentuer la texture rajouter une briquette de sauce tomate.
J'attend vos remarques.

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Velouté brocolis carottes

Moulinex cookeo

Velouté de brocolis et carottes

Emilie Debuissy

Ingrédients :

1 brocoli (les bouquets que vous pouvez trouver sous celophane)
3 carottes
2 grosses pommes de terre
1 oignon
1 cube bouillon de volaille
Sel et Poivre

Coupez les légumes. Mettre le cube de bouillon de légumes. Recouvrir d'eau et mettre en cuisson rapide 10mn. Et mixer

© https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Velouté d'asperges

Moulinex cookeo

Veloute d'asperges

Nathalie Ribals

Ingrédients :

4/6 pers

-1 echalotte
- 450gr d asperges vertes (surgelées ou bocaux)
- 3 petites pommes de terre
- 1 cc de fond de volaille
- 500 ml d eau
- 1 cs de creme.fraiche epaisse
- sel, poivre

Faire dorer l echalotte et les pommes de terre coupées en morceaux. Couper les tetes d asperges et les reserver. Ajouter le reste des asperges dans la cuves. Ajouter la cuillere a cafe de fond de volaille, melanger et couvrir de 500ml d eau. Cuire 10mn en cuisson.rapide.

Mixer, ajouter la cuillere a soupe de creme fraiche, saler et poivrer a votre convenance. Rajouter les tetes d asperges et maintenir au chaud !

© https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Velouté chou fleur

Velouté de choux fleur

proposée par David Boulanger

Ingrédients

(pour 6 personnes) :

- 1 chou-fleur
- 2 pommes de terre
- 750 ml d'eau
- 1 bouillon cube de volaille
- origan
- sel, poivre
- 50 g de beurre
- 2 cuillères à soupe de crème fraiche

Détailler le chou-fleur.

En mode manuel cuisson rapide:

Mettre dans le cookeo, le chou-fleur découpé ("en fleurs"), les pommes de terre, le bouillon cube, 750 ml d'eau, l'origan et le sel.

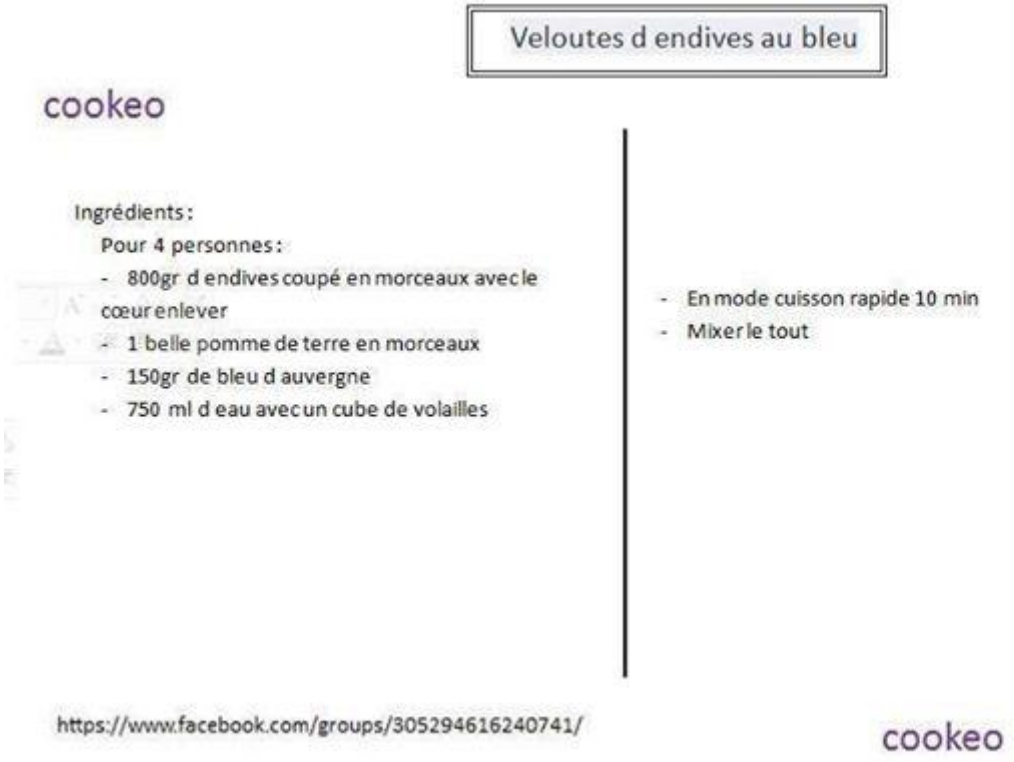
Faire cuire 10minute.

Mixer le tout avec le beurre et la crème fraiche.

Assaisonner avec du sel et du poivre.

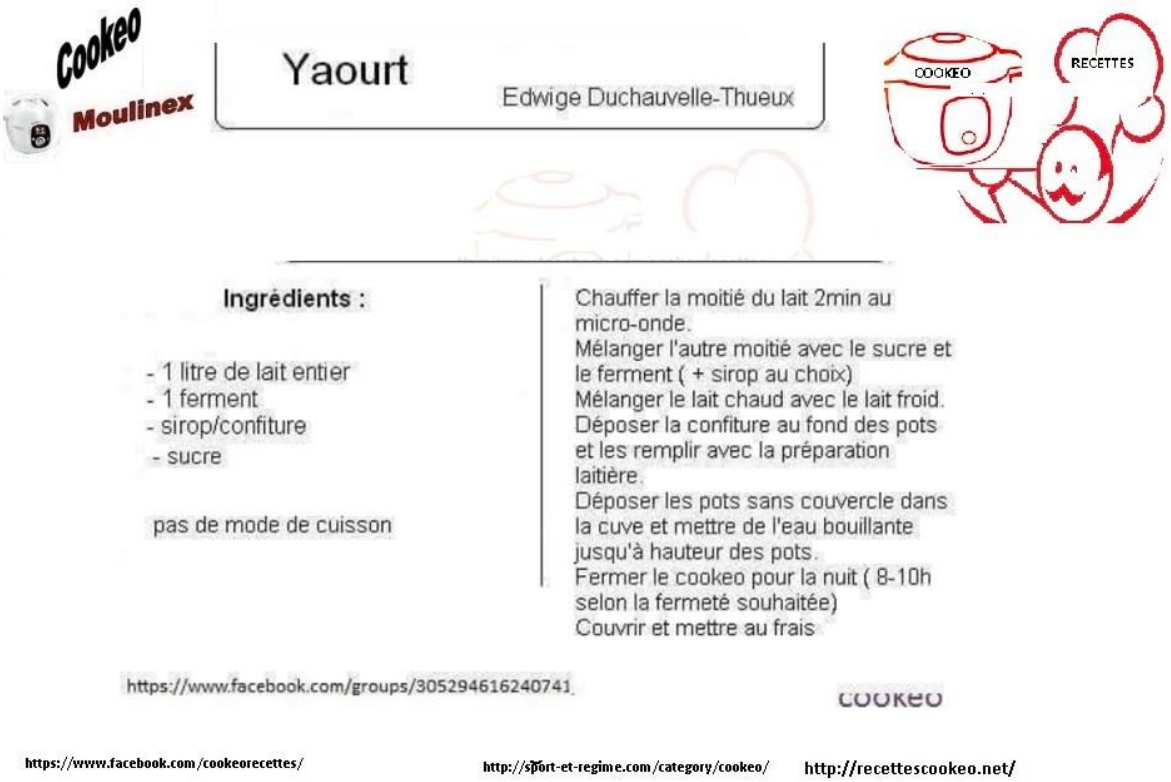
©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Velouté d'endives au bleu



DESSERTS

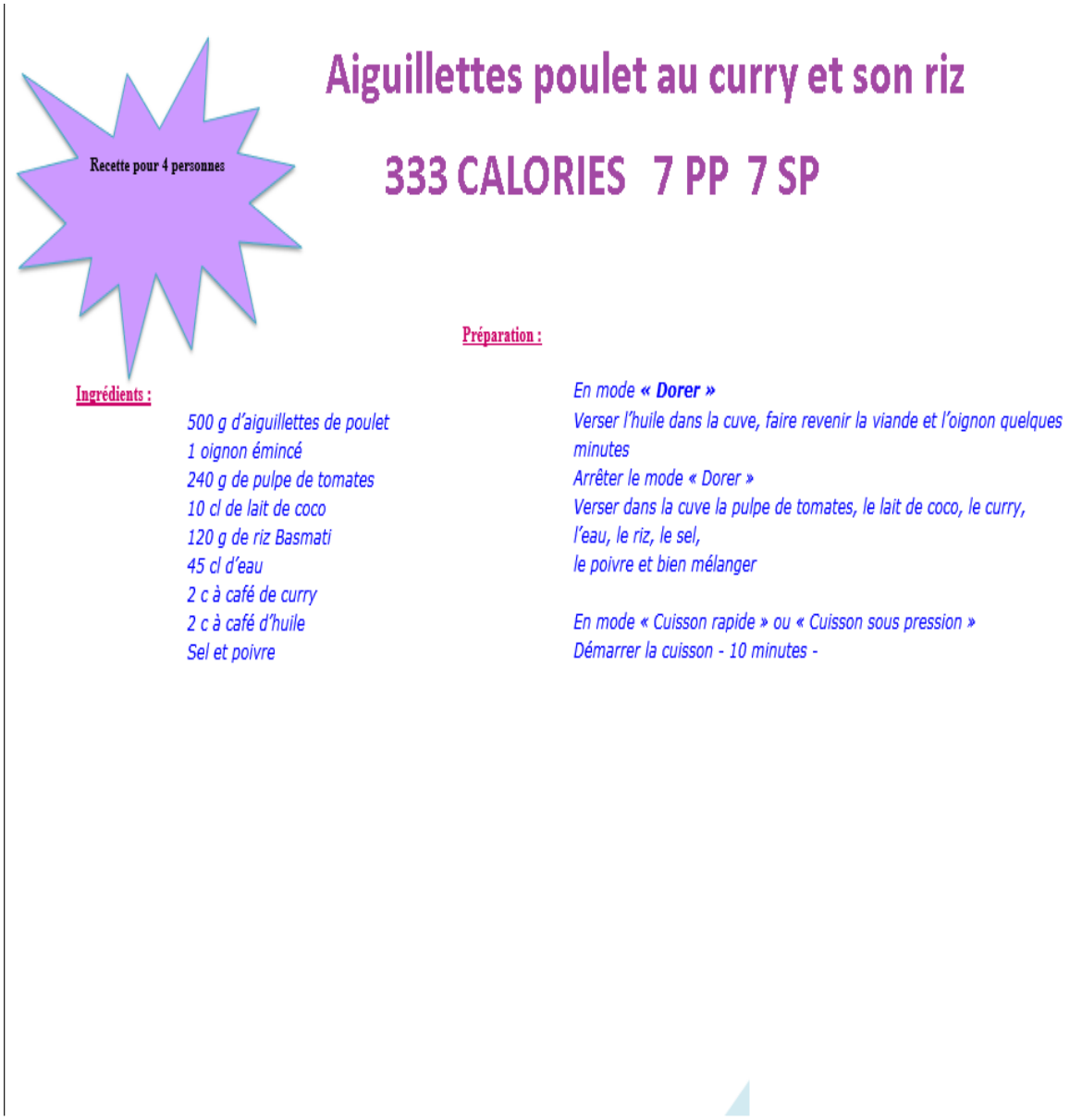
Yaourt



WEIGHT WATCHERS

Aiguillettes de dinde au curry 4 PP 5SP

Aiguillettes de poulet curry et son riz 333 CAL 7 PP 7 SP



Aiguillettes poulet 330 CAL 7 PP 7 SP

Cookeo
Moulinex

Aiguillettes de poulet

330 CAL 7 PP 7 SP

Ingrédients :

800 gr de pomme de terre
1 cc de thym
3 cc d'huile
400 gr de filet de poulet ou aiguillettes
3 oignons
1 cs de moutarde
200 ml de crème fraiche à 3 %
Sel & poivre

Recette pour 4 personnes

Préparation :

Préchauffer le four à 240 °
Couper les pommes de terre assez fines, et les essuyer.
Dans un récipient avec couvercle mettre les pommes de terres parsemé avec l'huile, le thym.
Mettre au four à mi-hauteur 15 mn.

Au Cookéo faire dorer le poulet avec les oignons pendant 3 à 4 mn.
Ajouter la moutarde, la crème le sel et poivre.
Mettre en cuisson rapide 8 mn.

Aiguillettes de poulet aux légumes 4PP 5SP

Cookeo Moulinex

Aiguillettes de poulet aux légumes 4 PP

Ingrédients pour 4 personnes :

600 gr de blancs de poulet

1 poivron jaune

1 poivron rouge

1 poivron vert

450 gr de courgettes

1 petit oignon

3 cs de crème à 15 % de mg

150 ml d'eau 2 kubor soit un bâtonnet

Sel, poivre

Préparation :

Coupez le poulet en aiguillettes, réservez.

Mode dorer

Pendant le préchauffage faitesdorer le poulet et l'oignon émincé.

Pendant ce temps coupez les poivrons en lamelles et les courgettes en cubes.

Une fois le poulet doré rajoutez les légumes dans la cuve.

Versez l'eau et ajouter le kubor.

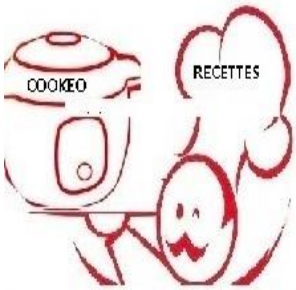
Passez en cuisson rapide ou sous pression 10 minutes.

A la fin de la cuisson, rajoutez la crème en mode doré pendant 1 minute en remuant. Salez, poivrez.

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

https://www.facebook.com/cookeorecettes

Blanquette 200 calories 4 PP 5 SP



Blanquette

200 CALORIES 4 PP 5 SP

Ingrédients :

500 gr de blanquette
8 cs de crème allégé
150 ml de bouillon
1 cs de fécule

Recette pour 4 personnes

Préparation :

Mettre tous les ingrédients dans votre Cookéo et programmer sur blanquette.

https://www.facebook.com/cookeorecettes/ http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ http://recettescookeo.net/

Blanquette de poireaux 2 PP 5 SP

cookeo

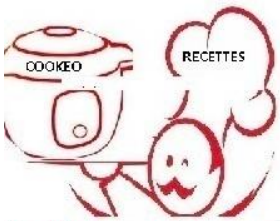
blanquette de poireaux
WW 2pts

Pour 4 pers.
-3poireaux en tronçon
-4pdt en dés
-1oignon haché
-1cac de fond de volaille
-200ml d'eau , 2 cac d'huile
-1jaune d'oeuf
-2cas de crème fraîche allégée
-ciboulette, sel,poivre

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

Faire dorer les oignons, ajouter les poireaux, les pdt et le bouillon. Cuisson rapide 10 minutes.
A part, battre le jaune, la crème et la ciboulette, verser sur les poireaux.

Blanquette de poireaux version 2



Blanquette poireaux weight watchers

Ingrédients pour 4 personnes
1 kg de poireaux
2 cuillères à soupe de crème fraîche
1 jaune d'œuf
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
Persil frais ou déshydraté
1 oignon ou 100 g d'oignons congelés
Sel
Poivre

Préparation
Lavez et coupez les poireaux en rondelles.
Coupez l'oignon en morceaux si c'est un oignon frais
Séparez le jaune et le blanc d'œuf

Mode dorer
Versez l'huile d'olive dans la cuve puis faites dorer les oignons quand l'huile est chaude.
Ajoutez les rondelles de poireaux.
Versez le bouillon constitué de 400 ml d'eau et d'un cube de bouillon de bœuf
Salez et poivrez.
Saupoudrez de persil

Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 6 mn
Quand la cuisson est terminée ajoutez la crème fraîche et le jaune d'œuf . Mélangez et servez chaud.

https://www.facebook.com/cookeorecettes/ http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ http://recettescookeo.net/

Blanquette de dinde ww 11 PP 8 SP 409CAL

Cookeo Moulinex

Blanquette de dinde wwatchers

Préparation 10 *mn* ***Cuisson*** 4 mn **Propoints** 11 **Calories** 409

Ingrédients pour 4 personnes

4 escalopes de dinde coupées en morceaux

100 g d'oignons congelés

200 g de carottes en rondelles congelées

200 g de champignons de Paris congelés

1 cube de bouillon de volaille

300 ml d'eau

1 cuillère à soupe de farine

2 cuillères à soupe d'huile d'olive (6 g)

2 cuillères à soupe de crème fraîche à 0%(60g)

https://www.facebook.com/groups/cookeorecettes/

Préparation

Mode dorer

Versez de l'huile dans la cuve pour faire revenir les oignons et les morceaux d'escalopes de dinde coupées en morceaux.

Ajoutez ensuite les carottes, les champignons.

Versez un bouillon composé de 300 ml d'eau et du cube de bouillon de volaille.

Salez, poivrez.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 10 mn.

Quand la cuisson est terminée ajoutez les 2 cuillères à soupe de crème fraîche et repassez en mode dorer

Ajoutez une cuillère à soupe de farine pour épaissir la sauce .Quand la sauce a épaissi servez chaud

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

Blé champignons poulet 340 CAL 7 PP 6 SP

Cookeo Moulinex

Blé champignons poulet

340 CAL 7 PP 6 SP

Ingrédients :

160 gr de blé cru
1 boite de champignons émincés
500 gr d'escalopes de poulet
1 bouillon cube de volaille
100 ml d vin blanc
500 ml d'eau
4 cs de crème épaisse à 15 %
Sel, poivre
Persil

Recette pour 5 personnes

Préparation :

Lancer le mode dorer sur le Cookeo et pendant le préchauffage faire revenir le poulet, ajouter ensuite les champignons et le blé, mélanger.
Mouiller avec le vin blanc, mélanger et laisser en mode dorer jusqu'à l'évaporation complète de l'alcool.
Ajouter alors le bouillon cube et l'eau
Saler, poivrer et passer le cookeo en mode cuisson rapide et faire cuire 15 minutes.
A la fin de la cuisson, ajouter le persil et la crème
Bien mélanger le tout, servir.

http://recettescookeo.net/

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ https://www.facebook.com/cookeorecettes

Bœuf bourguignon 460 CAL 10 PP 12 SP

Cookeo

Moulinex

Boeuf Bourguignon weight watchers

460 CALORIES 10 PP 12 SP

Ingrédients pour 4 personnes :

700 g de bœuf coupé en morceaux
600 g de carottes
250 ml de vin rouge
150 ml d'eau
1 cuillère à soupe d'huile d'olive
1 oignon
10 petits oignons au vinaigre
400 g de champignons de Paris
1 bouquet garni
1 cuillère à café d'ail déshydraté
2 cuillères à café de maizena
Sel et poivre

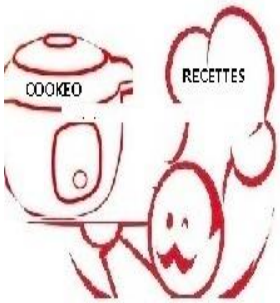
Préparation

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve puis faites dorer les oignons et la viande.
Ajoutez les carottes ,les champignons ,le bouquet garni .
Versez Le vin rouge et l'eau .
Salez et poivrez selon votre convenance.
Cuisson rapide ou Cuisson sous pression : 35 min
Quand la cuisson est terminée repassez en mode dorer . Ajoutez la maizena et mélangez jusqu'à ce que la sauce épaississe.
Servez chaud

https://www.facebook.com/cookeorecettes/ http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ http://recettescookeo.net/

Bœuf braisé carottes 320 CAL 7 PP 8 SP



Boeuf braisé aux carottes

320 CALORIES 7 PP 8 SP

Préparation :

Ingrédients :

480 gr de bœuf (paleron)
800 gr de carottes
1 oignon
600 ml d'eau
1 gousse d'ail
1 grosse tomate
1 cube de bouillon de bœuf
2 cc d'huile d'olive
Sel & poivre
Thym

Couper la viande en gros cubes et les carottes en rondelles.
Peler et émincé l'oignon
Peler l'ail.
Rincer et couper la tomate en cube
Mettre les 600 ml d'eau à ébullition et y dissoudre le cube de bouillon de bœuf
En mode doré mettre l'huile, l'oignon et les morceaux de bœuf pendant 3 minutes.
Ajouter la tomate, l'ail
Parsemer de thym
Verser le bouillon
Mettre en cuisson rapide 15 minutes

Ensuite ajouter les carottes et remuer.
Rectifier l'assaisonnement
Remettre en cuisson rapide 12 minutes.

Recette pour 4 personnes

https://www.facebook.com/cookeorecettes/ http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ http://recettescookeo.net/

Boeuf forestier weight watchers 7PP 12 SP

Cookeo Moulinex

Boeuf forestier weigth watchers 7 PP

Ingrédients 4 personnes

350 gr de tranche de bœuf en fine lamelle
600 gr de trio de poivrons surgelés
50 ml de purée de tomates en brique
100 gr d'oignon surgelés
200 gr de champignon surgelés
100 gr de margarine
150 ml d'eau
piment d'Espelette
sel
poivre

Préparation

En mode dorer, faire revenir le bœuf dans la margarine.

Ajouter ensuite les oignons, les champignons et les poivrons.

Saler, poivrer, mettre le piment selon vos goûts

Ajouter l'eau puis la tomate.

Mettre en cuisson rapide/sous pression pendant 10 minutes.

http://recettescookeo.com/

https://www.facebook.com/cookeorecettes

Boeuf mijoté 9PP 13 SP

Cookeo Moulinex

Bœuf mijoté WWATCHERS

Ingrédients

1 kg de bœuf à braiser
3 carottes
2 oignons
6 gousses d'ail
thym
2 feuilles de laurier
quelques feuilles de romarin
1 cac d'huile d'olive
1 cas de farine
400 ml de bouillon aux herbes

Préparation

Mettre l'huile dans la cuve, faire dorer la viande avec l'ail et les oignons. Mélanger et laisser dorer 2 minutes.

Ajouter les carottes, les aromates, le sel et le poivre. Remuer.

Ajouter ensuite la farine et couvrir de bouillon.

Mettre en cuisson rapide/sous pression pendant 25 minutes.

A la fin de la cuisson, vérifier la cuisson de la viande et remettre 5 minutes si besoin.

http://recettescookeo.com/

https://www.facebook.com/cookeorecettes

Civet de lotte 7 PP 5 SP

Civet de lotte 7 PP

Ingrédients pour 4 personnes

600 g de dés de lotte ou de lotte désossée
100 g d'oignons congelés
200 ml de vin rouge
100 ml d'eau
1 cube de bouillon de bœuf
Sel
Poivre
100 g Lardons natures ou allumettes natures

Préparation

Mode dorer

Faites revenir es lardons dans la cuve puis ajoutez les oignons . Ajoutez ensuite les dés de lotte .
Versez le vin rouge et les 100 ml d'eau avec le cube de bouillon de bœuf émiétté.
Salez ,poivrez.

Mode cuisson rapide ou sous pression

Programmez 4mn .
Servez chaud avec un légume de votre choix .

Carbonade 5 PP 15 SP

Carbonade 5 PP

Ingrédients pour 4 personnes

600 g de bœuf dégraissé en cubes
3 oignons émincés
75 cl de bière brune
1 tranche de pain d'épices
1 cuillère à soupe de moutarde
1 cuillère à soupe de beurre à 40%
7 pruneaux
2 feuilles de laurier
1 branche de thym
Sel et poivre

Mode dorer

Mettez le beurre dans la cuve, faites revenir la viande puis ajoutez les oignons
Laissez rissoler quelques minutes
Arrêtez le mode « Dorer »
Recouvrez avec la bière et ajoutez tous les autres ingrédients,
Mélangez
Cuisson rapide » ou « Cuisson sous pression »

Démarrer la cuisson - 35 minutes -

Civet de lotte 5 PP 5 SP

Cookeo Moulinex

Civet de lotte 7 PP

Ingrédients pour 4 personnes

600 g de dés de lotte ou de lotte désossée
100 g d'oignons congelés
200 ml de vin rouge
100 ml d'eau
1 cube de bouillon de bœuf
Sel
Poivre
100 g Lardons natures ou allumettes natures

Préparation

Mode dorer

Faites revenir es lardons dans la cuve puis ajoutez les oignons . Ajoutez ensuite les dés de lotte .
Versez le vin rouge et les 100 ml d'eau avec le cube de bouillon de bœuf émiétté.
Salez ,poivrez.

Mode cuisson rapide ou sous pression

Programmez 4mn .
Servez chaud avec un légume de votre choix .

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ https://www.facebook.com/cookeorecettes

http://recettescookeo.net/

Champignons à la grecque 5PP 6 SP

Cookeo Moulinex

Champignons à la grecque wwatchers

Ingrédients pour 4 personnes:

500g de champignons de paris
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
4 échalotes
1 oignon
15 grains de coriandre
1 jus de citron
1 verre de vin blanc sec
½ feuille de laurier
2 brins de thym
Sel et poivre
3 cuillères à soupe de concentré de tomates

Préparation

Mode dorer

Mettez l'huile dans la cuve et faites revenir les oignons et les échalotes
Ajouter les champignons avec le jus de citron et le vin blanc, le bouquet garni, le sel, le poivre et les grains de coriandre.Recouvrez d'eau

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn
Laisser refroidir les champignons puis mettre au réfrigérateur. Ajoutez 3 cuillères à soupe de concentré de tomates et mélangez
Servir frais

https://www.facebook.com/cookeorecettes/ http://sport-et-regime.com/category/cookeo

Chili con carne ww 7 PP 7 SP

Cookeo Moulinex

Chili con carne express weight watchers

Ingrédients pour 4 personnes

250 gr de bœuf haché
3 oignons émincés
2 cuillères à café d'huile d'olive
1 boite de pulpe de tomates en dés (400gr)
1 poivron rouge coupés en dés
280 gr de haricots rouges en boite cuit.
2 cuillères à café de chili en poudre ½ cc de cumin
Sel et poivre
120 gr de riz

Préparation

Mode dorer

Versez l'huile d'olive dans la cuve et faites revenir les poignons et la viande hachée.
Ajoutez ensuite les poivrons, la boite de tomates concassées, les haricots rouges, le riz
Saupoudrez d'épice à chili et versez de l'eau pour recouvrir les ingrédients.
Salez et poivrez selon votre convenance.

Mode cuisson rapide ou sous pression

Programmez 6 mn (le temps indiqué sur le paquet de riz divisé par 2)
Servez chaud

https://www.facebook.com/cookeorecettes/ http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

Choux de Bruxelles aux lardons 220 calories 6 PP 3 SP

Cookeo Moulinex

Choux de Bruxelles aux lardons

Ingrédients

Choux de Bruxelles surgelés à volonté
2 oignons émincés
1 paquet de 75g de lardons allumettes allégés
1 marmite de fond de veau
200ml d'eau

Préparation

Mettre les choux de Bruxelles dans le panier vapeur
Mettre 200ml d'eau dans la cuve
Passer le cookeo en mode cuisson sous pression 7min
Vider la cuve

Passer le cookeo en mode dorer

Faire revenir les oignons et les lardons

Ajouter les choux de Bruxelles

Mettre le fond de veau avec les 200ml d'eau

Repasser le cookeo en mode cuisson sous pression 3min

A la fin de la cuisson, passer en mode dorer le temps de faire évaporer l'eau

http://recettescookeo.net/

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ https://www.facebook.com/cookeorecettes

Cordons bleus 216 CAL 6 PP 6 SP

Cookeo Moulinex

Cordons bleus

216 CAL 6 PP 6 SP

Ingrédients pour 2 personnes

2 filets de poulet
2 tranches de fromage fondu light
2 tranches de jambon maigre
1 c à soupe de crème allégée
¼ marmite poule Knorr
5 cl d'eau Huile en spray
Sel et poivre

Préparation

Aplatir les filets, les couvrir de fromage et jambon Les plier en 2 et les fermer avec un cure-dents ou alors roulez les .

mode « Dorer »

Verser l'huile dans la cuve, faire revenir les filets de chaque coté Arrêter le mode « Dorer » Verser dans la cuve l'eau, le ¼ marmite poule Knorr et la crème - Assaisonner

Cuisson rapide » ou « Cuisson sous pression »

Démarrer la cuisson - 4 minutes -

Colombo poulet 360 CAL 7 PP 6 SP

Colombo de poulet

360 CALORIES 7 PP 6 SP

Ingrédients :

400 g de blancs de poulet en gros dès
400 g de pommes de terre coupées en 4
400 g de carottes en rondelles
1 cube de bouillon de volaille dans 60 cl d'eau
50 cl de lait de coco
1 c à café de gingembre en poudre
1 c à café de poudre de Colombo
1 c à soupe de maïzena
2 à 3 sprays d'huile
Sel et poivre

Préparation :

En mode « Dorer »
Mettre l'huile dans la cuve et faire revenir le poulet, les pommes de terre et les carottes
Arrêter le mode « Dorer »
Verser dans la cuve le bouillon de volaille, le lait de coco, le gingembre, la poudre de Colombo,
la maïzena et bien mélanger le tout

En mode « Cuisson rapide » ou « Cuisson sous pression »
Démarrer la cuisson - 12 minutes -

Côtes de porc au cidre 7 PP 12 SP

Cookeo Moulinex

Côtes de porc au cidre

Ingrédients pour 5 personnes

5 côtes de porc (1 par personne)
2 cuillères à café d'huile d'olive
200 ml de cidre
1 petit verre d'eau
200 g d'oignons
45 g de crème fraîche
Sel, poivre

Préparation

Mode dorer

Faites revenir les oignons dans la cuve avc l'huile d'olive puis ajoutez les côtes de porc et faites les revenir des 2 côtés
Versez le cidre et le verre d'eau . Salez et poivrez.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 15 mn
Ajoutez la crème quand la cuisson est terminée Servez chaud

Courgettes bolognaises 4 PP 5SP

Cookeo Moulinex

Courgettes bolognaise

JP ROUSSEAU

Ingrédients pour 2 personnes :

120g de bœuf haché
300 g de courgettes congelées en rondelles
2 tomates coupées en quartier
100 g d'oignons congelés
2 gousses d'ail
1 cube de bouillon de bœuf
1 verre de vin blanc
1 petite boite de concentré de tomates
Persil
Sel
Poivre
Huile D'olive

Préparation

En mode « Dorer »

Versez l'huile d'olive dans la cuve, faire revenir les oignons, la viande, et l'ail .
Ajoutez ensuite les courgettes et le persil . Emiettez le cube de bouillon de bœuf .
Versez le vin blanc et 300 ml d'eau .
Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou Cuisson sous pression

Démarrez la cuisson 5 minutes

Courgettes au Boursin 5 PP 5 SP

Cookeo Moulinex

Courgettes au Boursin weight watchers 5PP

Ingrédients

2 courgettes coupées en fines rondelles
60 gr de riz cru Basmati
50 gr de boursin cuisine
sel
poivre

Préparation

Mettre tous les ingrédients dans la cuve.

Couvrir d'eau.

Mettre en cuisson rapide pendant 5 minutes.

Courgettes farcies 225 CALORIES 5 PP 3SP

Cookeo

Moulinex

Courgettes farcies weight watchers

Ingrédients pour 4 courgettes

4 courgettes rondes
200 g de bœuf haché
100 g d'oignons congelés
1 cuillère à café de concentré de tomates
1 cuillère à café de thym
1 cuillère à café de d'ail déshydraté
1 verre de vin blanc
Sel
Poivre
200 ml d'eau

Préparation

Lavez les courgettes et coupez des chapeaux
Evidez les courgettes . Hachez les oignons .
Déposez dans un saladier la viande hachée, les oignons puis ajoutez la cuillère de concentré de tomates, le thym l'ail .Salez et poivrez.
Farcissez les courgettes évidées .Placez les dans la cuve .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 7 mn
Servez chaud

http://recettescookeo.net/

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ https://www.facebook.com/cookeorecettes

225 CALORIES 5 PP 3 SP

Coquillettes au Boursin 7 PP 12 SP

Cookeo Moulinex

Coquillettes Boursin WW

Ingrédients pour 6 personnes:

500 g d'émincés de poulet
1 cube de bouillon bœuf
1 verre de vin blanc
450 g de coquillettes
100 g de Boursin
Sel
Poivre

Découpez en morceaux les émincés de poulet
Déposez les dans la cuve.

Ajoutez dans la cuve les morceaux de poulet, les coquillettes, le verre de vin blanc.

Emiettez le cube de bouillon de bœuf, versez de l'eau pour recouvrir les ingrédients.

En mode « Cuisson rapide » ou « Cuisson sous pression » programmez 5 mn.
Quand la cuisson est terminée ajoutez le Boursin et mélangez pour servir chaud.

https://www.facebook.com/cookeorecettes

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

Coquillettes carbonara 9 PP 10 SP

Cookeo Moulinex

Coquillettes Carbonara

Ingrédients pour 4 personnes

200 g de coquillettes
100 g de dés de jambon
50 g d'oignons congelés
1 jaune d'œuf
2 cuillères à soupe de crème fraîche
30 g de gruyère râpé
Sel
Poivre
1 cuillère à café d'huile d'olive
300 ml d'eau

Préparation

Mode dorer

Faites revenir les dés de jambon et les oignons dans de l'huile d'olive.
Versez les coquillettes dans la cuve. Recouvrez d'eau

Mode cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 3 mn (le temps indiqué sur le paquet de pâtes divisé par 2)
Quand la cuisson est terminée ajoutez les œufs et mélangez.
Ajoutez la crème fraîche.
Salez et poivrez selon votre convenance.
Saupoudrez de gruyère.

http://recettescookeo.net/

https://www.facebook.com/cookeorecettes/

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

Coquillettes sauce poireaux weight watchers 3PP 9 SP

Cookeo Moulinex

Coquillettes sauce poireaux ww

Ingrédients pour 5 personnes

300 g de poireaux congelés
300 g de coquillettes
100 g d'oignons congelés
Paprika
1 cube de bouillon de bœuf
150 g de dés de jambon
2 cuillères à soupe de crème fraîche
Sel
poivre

Mode dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve puis faites revenir les oignons ainsi que les morceaux de poireaux
Ajoutez les coquillettes dans la cuve.
Ajoutez les dés de jambon ,saupoudrez de paprika ajoutez du sel et du poivre selon votre convenance Versez un bouillon composé d'eau et du cube de bouillon de bœuf émietté.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 4 minutes(le temps indiqué sur le paquet de pâtes divisé par 2)
Quand la cuisson est terminée mélangez les 2 cuillères à soupe de crème fraîche et servez chaud.

https://www.facebook.com/cookeorecettes

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

Côte de porc au cidre 7 PP 12 SP

Cookeo Moulinex

Côtes de porc au cidre

Ingrédients pour 5 personnes

5 côtes de porc (1 par personne)
2 cuillères à café d'huile d'olive
200 ml de cidre
1 petit verre d'eau
200 g d'oignons
45 g de crème fraîche
Sel, poivre

Préparation

Mode dorer

Faites revenir les oignons dans la cuve avc l'huile d'olive puis ajoutez les côtes de porc et faites les revenir des 2 côtés
Versez le cidre et le verre d'eau . Salez et poivrez.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 15 mn
Ajoutez la crème quand la cuisson est terminée Servez chaud

https://www.facebook.com/cookeorecettes/

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

http://recettescookeo.net/

Couscous aux épices douces 5 PP 5 SP

Cookeo Moulinex

Couscous aux épices douces

270 CALORIES 5 PP 5 SP

Ingrédients pour 4 personnes

200 g de semoule
1 cuillère à café d'huile d'olive
1 demi-cuillère de cumin
1 demi-cuillère de ras-el-hanout
50 g d'oignons congelés
250 g de carottes congelées en rondelles
200 g de courgettes congelées
100 g de pois chiches cuits (en boite)
1 cuillère à soupe de coriandre congelée
700 ml d'eau
Sel
Poivre

Préparation

Déposez dans la cuve tous les ingrédients :
Les carottes
Les oignons
Les courgettes
Les pois chiches
Versez les 700 ml d'eau.
Ajoutez les ½ cuillères de cumin et de ras-el-nout ainsi que la cuillère de coriandre.
Salez et poivrez.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 7 mn

Préparation de la semoule selon les indications du paquet

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ https://www.facebook.com/cookeorecettes http://recettescookeo.net/

Couscous 14 PP 16 SP

Cookeo Moulinex

Couscous weight watchers

Ingrédients pour 4 personnes

200 g de carottes congelées
2 navets
2 courgettes
4 cuisses de poulet
100 g d'oignons congelés
1 cube de bouillon de volaille
2 cuillères à soupe de concentré de tomates
2 cuillères à café d'huile d'olive
2 cuillères à café de Ras el Hanout
130 g de pois chiches cuits
Sel
Poivre
120 g de semoule

Préparation

Mode dorer

Versez de l'huile dans la cuve et faites revenir les cuisses de poulet puis les oignons.
Ajoutez ensuite les carottes, les courgettes, les navets, les pois chiches.
Versez l'eau avec le cube de bouillon de volaille.
Saupoudrez avec l'épice.
Ajoutez 4 cuillères à café de concentré de tomates.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 30 mn
Préparez la semoule juste avant la fin de la cuisson. Servez chaud.

https://www.facebook.com/cookeorecettes/ http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

Crevettes surimi 3 PP 4 SP

Cookeo Moulinex

Crevettes surimi weight watchers

Ingrédients pour 4 personnes

4 gousses d'ail
Quelques feuilles de persil
200 g de champignons de Paris frais ou congelés
10 bâtonnets de surimi
250 g de crevettes
1 cuillère à café d'huile d'olive
Sel
Poivre

Préparation

Hachez le persil et l'ail .
Décortiquez les crevettes.
Mode dorer
Versez la cuillère à café d'huile d'olive dans la cuve . Ajoutez les champignons de Paris et faites les revenir . Au bout de quelques minutes retirez la cuve et enlever l'eau rendue par les champignons .
Ajoutez ensuite les crevettes , le surimi que vous a coupé en morceaux.Puis c'est au tour du persil et de l'ail .
Servez chaud avec du riz par exemple

Endives pommes de terre cancoillotte 175 CAL 4 PP 4 SP

Endives pommes de terre cancoillotte

175 CALORIES 4 PP 4 SP

Ingrédients :

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

Préparation :

Lancer le mode dorer du Cookeo.
Emincer les endives.
Eplucher les pommes de terre 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

Endives jambon bière 270 CAL 5 PP 4 SP

Endives jambon bière

270 CALORIES 5 PP 4 SP

Ingrédients pour 4 personnes

4 endives
200 g de dés de jambon
1 cuillère à soupe de cassonade ou de sucre en poudre
100 g d'oignons
100 ml de bière
200 ml d'eau
12 baies de genièvre
Huile d'olive
Sel
Poivre

Mode dorer

Versez de l'huile d'olive dans la cuve puis faites revenir les oignons .
Au bout d'une minute ajoutez les dés de jambon .
Ajoutez ensuite les endives . Saupoudrez avec la cassonade ou le sucre en poudre. Retournez les endives sous toutes leurs faces
Versez la bière et 100 ml d'eau .
Salez et poivrez . Ajoutez les baies de genièvre.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 25 mn
Servez chaud

http://recettescookeo.net/

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ https://www.facebook.com/cookeorecettes

Emincés de poulet à la tomate ww 5 PP 5 SP

Emincés de poulet style ww

Ingrédients pour 4 personnes

400 g d'émincés de poulet
1 cube de bouillon de bœuf
1 petit verre de vin blanc
Sel
Poivre
4 cuillères à café de Concentré de tomates
4 tomates coupées en quartier
250g de courgettes rondelles congelées
2 échalotes coupées en morceaux
Huile d'olive
300 ml d'eau

Mode dorer

Versez de l'huile dans la cuve, faites dorer les échalotes puis les émincés de poulet.

Ajoutez les tomates en quartier et les rondelles de courgettes.

Versez le verre de vin blanc. Emiettez le cube de bouillon de bœuf.

Salez et poivrer. Versez 300 ml d'eau . Mélangez 2 cuillères à café de concentré de tomates.

Cuisson rapide ou sous pression 10mn

Ouvrez votre cookeo et ajoutez 2 cuillères à café de concentré de tomates.

Escalope poulet cancoillotte 200 CAL 4 PP 4 SP

Cookeo Moulinex

Escalope poulet cancoillotte

200 CAL 4 PP 4 SP

Ingrédients :

4 escalopes de poulet
½ oignon
1 bouillon cube de volaille
100 ml vin blanc
150 ml d'eau
60 gr de cancoillotte
1 cs maizena
Sel, poivre

Recette pour 4 personnes

Préparation :

Lancer le cookeo en mode dorer.
Pendant le préchauffage émincer l'oignon et le rajouter dans la cocotte. Rajouter également les escalopes et laisser dorer. Une fois les escalopes bien dorées, rajouter l'eau et récupérer les sucs de la viande à l'aide d'une cuillère en bois.
Rajouter ensuite le bouillon cube, le vin blanc, le sel et le poivre et faire cuire en cuisson rapide 15 minutes.
Pour finir prélever un peu du jus de cuisson dans lequel vous diluerez la maizena.
Verser ce mélange dans la cocotte ainsi que la cancoillotte et lancer le programme dorer 1 ou 2 minutes pour faire épaissir et dissoudre le fromage.

et/

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ https://www.facebook.com/cookeorecettes

Fausse marmite espagnole ww 9 PP 6 SP

Cookeo Moulinex

Fausse marmite espagnole weight watchers 9 PP

Ingrédients pour 4 personnes

8 knacks de poulet
200 g de lanières de poivron congelées
100 g d'oignons congelés
160 gr de riz
1 cuillère à café de cumin
1 cuillère à café de paprika
400 ml d'eau
1 bouillon cube de volaille
8 tomates cerise
Sel, poivre

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

Préparation

Mode dorer

Faites revenir dans une cuillère à café d'huile d'olive les oignons, puis les lanières de poivron.
Ajoutez ensuite les knacks de poulet coupées en rondelles et les tomates cerises que vous avez lavez et coupées en 2.
Versez les cuillères à café de cumin ainsi que de paprika.
Versez les 400 ml d'eau avec le bouillon de cube de volaille que vous avez émietté.
Salez et poivrez comme bon vous semble.

Mode cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 6 mn (tenez compte du temps indiqué sur le paquet de riz et divisez par 2)

https://www.facebook.com/cookeorecettes

Filet de dinde champignons vinaigre CAL370 8 PP 7SP

Filets de dinde champignons vinaigre balsamique

370 CALORIES 8 PP 7 SP

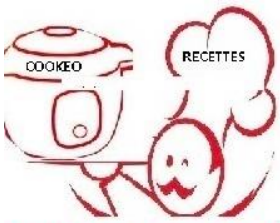
Ingrédients :

1 filet dinde de 1 kg
500 gr de champignons
1 petit oignon
150 ml de vin blanc
200 ml de crème liquide à 15 % de mg
50 ml de vinaigre balsamique
300 ml d'eau
1 bouillon cube
2 cc de paprika
1 cs de concentré de tomate
1 cs de maizena
1 cs d'huile d'olive
Sel, poivre

Préparation :

Nettoyer les champignons et les couper en tranches.
Emincer l'oignon.
Mettre l'huile dans la cuve et faire revenir le filet de dinde avec les oignons en mode doré.
Ajouter ensuite le vin blanc et faire évaporer.
Ajouter ensuite l'eau, le vinaigre, le bouillon cube, le paprika, le concentré de tomate, saler, poivrer et lancer une cuisson rapide pour 20 minutes.
A la fin de la cuisson, sortir le rôti et le réserver au chaud.
Mettre les champignons dans la cuve et faire cuire 2 à 3 minutes en mode doré.
Prélever un peu de liquide de cuisson et y diluer la maizena.
Verser dans la cuve.
Et faire épaissir en mode doré.
Pour finir rajouter la crème, mélanger et servir.

Filet mignon moutarde 210 CALORIES 5 PP 6 SP



Filet mignon moutarde

210 CALORIES 5 PP 6 SP

Ingrédients pour 4 personnes

400 g de filet mignon
200 g de champignons de Paris
2 cuillères à soupe de moutarde
2 cuillères à soupe de crème fraîche allégée
2 cuillères à café d'huile d'olive
Sel
Poivre
1 cube de bouillon de bœuf
100 ml de vin blanc
100 ml d'eau
100 g d'oignons congelés

Préparation

Mode dorer

Versez de l'huile dans la cuve et faites revenir les oignons et dorer le filet mignon sur toutes ses faces.
Ajoutez les champignons puis versez l'eau et le cube de bouillon de bœuf . Versez le vin blanc . Salez et poivrez.
Ajoutez les champignons de Paris

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 20 mn
Quand la cuisson est terminée ajoutez la crème fraîche et la moutarde servez chaud .

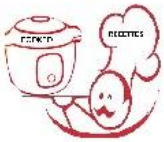
Cookeo Moulinex

https://www.facebook.com/cookeorecettes/ http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ http://recettescookeo.net/

Filet mignon exotique 8 PP 8 SP

Cookeo Moulinex

Filet mignon exotique



Ingrédients pour 4 personnes

600 g de filet mignon découpé en gros morceaux
1 petite boîte de pulpe de tomates
250 g de poivrons surgelés
150 g d'ananas en conserve
50 g de sauce soja
10 cl de bouillon de légumes
1 gousse d'ail hachée dégermée
1 oignon émincé
1 cuillère à soupe d'huile d'olive
Sel et poivre

Mode « Dorer »

Versez l'huile dans la cuve et faites revenir la viande et l'oignon
Ajoutez l'ananas égoutté
Arrêtez le mode « Dorer »
Ajouter le bouillon de légumes et tous les autres ingrédients,
mélanger

Cuisson rapide Cuisson sous pression

Programmez - 15 minutes -

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ https://www.facebook.com/cookeorecettes http://recettescookeo.net/

Filet mignon au Maroilles 7 PP 9 SP

Cookeo Moulinex

Filet mignon au Maroilles 7PP

Ingrédients pour 4 personnes

400 g de filet mignon de porc découpé en gros morceaux
1 oignon émincé
5 cl de vin blanc
100 g de crème fraîche allégée à 5%
70 g de Maroilles coupé en morceaux
2 c à café d'huile
Sel et poivre

Mode dorer

Versez l'huile dans la cuve, faites revenir la viande et les oignons
quelques minutes
Arrêtez le mode « Dorer »
Versez dans la cuve le vin blanc, la crème fraîche, sel, poivre et bien
mélanger
Déposez par-dessus le Maroilles

Cuisson rapide ou Cuisson sous pression

Démarrer la cuisson - 10 minutes -

Filet mignon miel 310 CALORIES 8 PP 9 SP

Filet mignon de porc au miel

310 CALORIES 8 PP 9 SP

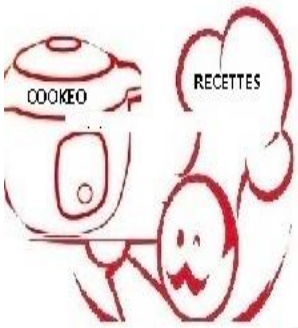
Ingrédients :

600 g de filet mignon de porc découpé en gros morceaux
8 cuillères à café de miel liquide
5 cl de vinaigre balsamique
2 cuillères à soupe de sauce soja
100 g de pulpe de tomates
15 cl de bouillon de légumes
1 cuillère à café d'huile
1 oignon émincé
Sel, poivre

Préparation :

En mode « Dorer »
Verser l'huile dans la cuve et faire revenir la viande et l'oignon
Ajouter le miel, le vinaigre et la sauce soja, faire caraméliser le tout
Arrêter le mode « Dorer »
Ajouter la pulpe de tomates et le bouillon de légumes
En mode « Cuisson rapide » ou « Cuisson sous pression »
Démarrer la cuisson - 15 minutes -

Filet mignon pommes de terre carottes 330 CAL 7 PP 8 SP



Filet mignon pommes de terre carottes

330 CALORIES 7 PP 8 SP

Ingrédients :

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

Préparation :

Lancer le Cookeo en mode « dorer »
Couper les filets mignons en tranches et le faire dorer avec l'oignon émincé et l'ail pressé.
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.

https://www.facebook.com/cookeorecettes/ http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ http://recettescookeo.net/

Filet poulet pommes de terre 360 CAL 8PP 8 SP

Filets de poulet pommes de terre

360 CALORIE 8 PP 8 SP

Ingrédients :

600 gr de pommes de terre
1 échalote
2 cc d'huile d'olive
100 ml de vin rouge
25 ml d'eau
1 boite de 400 gr de tomates concassées
4 filets de poulet
Sel, poivre
Thym

Préparation :

Eplucher les pommes de terre, les laver et les couper en quartiers. Réserver.
En mode dorer faire revenir l'échalote émincée dans l'huile d'olive avec les tomates concassées.
Stopper le mode dorer et rajouter les pommes de terre.
Mouiller avec le vin et l'eau.
Poser les escalopes de poulet sur les pommes de terre.
Saler, poivrer, parsemer de thym et lancer une cuisson rapide pendant 13 minutes.

Filet de porc au vin blanc 300 CAL 7 PP 8 SP

Filet de porc au vin blanc

300 CAL 7 PP 8 SP

Ingrédients :

1 rôti de porc dans le filet
1 cs d'huile d'olive
2 gousses d'ail
125 ml de vin blanc
2 kub'or soit 1 bâtonnet
1 cc de fond de veau
200 ml de crème liquide à 15% de mg
200 ml d'eau
Sel, poivre

Préparation :

En mode dorer mettre l'huile et les 2 gousses d'ail dans la cuve et faire dorer le rôti sur toutes ces faces.
Une fois le rôti bien doré, rajouter le vin blanc, le kub'or, le fond de veau, la crème et l'eau et lancer une cuisson rapide pendant 35 minutes.
A la fin de la cuisson, saler, poivrer, couper le rôti en tranches et servir.

Filet mignon au Boursin 4PP 6 SP

Filet mignon au boursin weight watchers 4 PP

Ingrédients pour 4 personnes

1 filet mignon
1 cube de bouillon de bœuf
100 g de Boursin
200 ml d'eau
Sel
Poivre
1cuillère à café d'huile d'olive
2 cuillères à soupe de maïzena

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

Préparation

Mode dorer

Faites revenir le filet mignon avec de l'huile .
Réservez le filet mignon lorsqu'il est doré sur toutes ses faces.
Versez alors l'eau avec le cube de bouillon de bœuf et mélangez avec le Boursin jusqu'à obtenir un mélange homogène.
Redéposez le filet mignon dans la cuve .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 15 mn de cuisson

Repassez en mode dorer

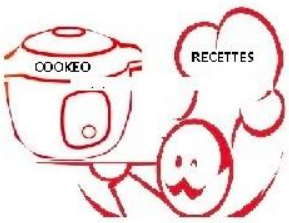
Quand la cuisson est terminée réservez le filet mignon et coupez le en tranches pendant que vous épaississez la sauce avec 2 cuillères à café de maîzena.Quand la sauce a épaissi replongez les tranches de filets mignon pendant 2 mn et servez chaud .

https://www.facebook.com/cookeorecettes

Flan de poireaux au fromage 166 CAL 4 PP 3 SP

Flan poireaux fromage weight watchers

166 CAL 4 PP 3 SP



Ingrédients pour 4 personnes

1kg de poireaux en rondelles congelés
1 cuillère à café de margarine
3 œufs
200 ml de lait demi écrémé
1 gousse d'ail
1 cuillère à café de noix de muscade
4 tranches de gruyère (40g)
Sel poivre

Préparation

Préchauffez votre four à 180°

Faites cuire les poireaux dans le cookeo soit en sélectionnant la fonction ingrédients puis légumes et poireaux ou alors déposez les poireaux dans la cuve couvrez les d'eau et faites cuire 10 mn en cuisson rapide ou sous pression .
Egouttez les poireaux et déposez les dans un plat préalablement beurré avec la margarine.
Dans un saladier cassez les œufs et les battre avec le lait .
Ajoutez la gousse d'ail coupée en morceaux , la cuillère de muscade, salez et poivrez.
Versez la préparation sur les poireaux . Déposez vos tranches de fromage sur les poireaux .
Enfournez votre plat pour 20 mn . Servez chaud

https://www.facebook.com/cookeorecettes/ http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ http://recettescookeo.net/

Fricassée courgettes pommes de terre 140 CAL 3 PP 3 SP

Fricassée pommes de terre courgettes méditéranéenne

140 CALORIES 3 PP 3 SP

Ingrédients :

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

Préparation :

Eplucher les pommes de terre, 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.
A la fin de la cuisson rajouter des herbes de Provence, du sel, du poivre, mélanger le tout et servir.

Fricassée de lapin à la moutarde 305 CAL 7 PP 7 SP

Fricassée de lapin à la moutarde

305 CALORIES 7 PP 7 SP

Ingrédients :

4 cuisses de lapin
2 cc d'huile d'olive
6 carottes
3 oignons émincés
3 CS de cognac
12,5 cl de vin blanc sec
4 CS de crème fraiche à 15 %
2 CS de moutarde
1 CS de thym
1 trait de vinaigre balsamique
sel, poivre

Préparation :

Position manuelle .... Dorer

Faire dorer le lapin avec l'huile d'olive.
Flamber avec le cognac puis verser les ingrédients c'est à dire : les oignons, le vin blanc, la crème, la moutarde, le thym le vinaigre balsamique sel et poivre, puis les carottes en rondelles. Bien remuer.
Ajouter un bon verre d'eau.

Faire cuire sous pression pendant 20 minutes et dégustez

Goulash 8 PP 11 SP

Goulash cookeo weight watchers

Ingrédients pour 4 personnes

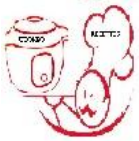
500 g de viande de bœuf
600 g de pommes de terre
4 gousses d'ail ou d'ail déshydraté
200 g d'oignons congelés ou frais
2 Cuillères à café d'huile d'olive
4 tomates
Paprika
1 cube de bouillon de bœuf
500 ml d'eau
4 cuillères à café de crème fraîche
Sel Poivre

Préparation
Mode dorer
Faites revenir dans l'huile d'olive la viande, puis les oignons.
Ajoutez les tomates coupées en morceaux.
Salez, poivrer, saupoudrez de paprika .Versez l'ail.
Ajoutez les morceaux de pommes de terre. Versez un bouillon composé d'eau et du cube de bouillon de bœuf.
Cuisson rapide ou sous pression
Programmez 14 mn.
Quand la cuisson est terminée ajoutez les 4 cuillères à café de crème fraîche.
Servez chaud

http://recettescookeo.net/

Lapin moutarde 5 PP 10 SP

Lapin à la moutarde 5 PP



Ingrédients pour 4 personnes

4 cuisses de lapin
2 cc d'huile d'olive
6 carottes
3 oignons émincés
3 CS de cognac
12,5 cl de vin blanc sec
4 CS de crème fraiche à 15 %
2 CS de moutarde
1 CS de thym
1 trait de vinaigre balsamique
sel, poivre

Mode dorer

Faites dorer le lapin avec l'huile d'olive.
Flambez avec le cognac puis versez les ingrédients c'est à dire : les
oignons, le vin blanc, la crème, la moutarde, le thym le vinaigre
balsamique sel et poivre, puis les carottes en rondelles. Bien remuer.
Ajoutez un bon verre d'eau.

Faites cuire sous pression pendant 20 minutes et dégustez

http://recettescookeo.net/

Lentilles au chorizo 11 PP 12SP

Cookeo Moulinex

Lentilles au chorizo wwatchers

Préparation 10 *mn* ***Cuisson*** 12 mn **Propoints** 11 **Calories 358**

Ingrédients pour 4 personnes

100 d'oignons congelés

400 g de carottes congelées en rondelles

200 gr de chorizo doux

300 gr de lentilles

1 boite de tomates concassées

1 cube de bouillon de boeuf

eau

https://www.facebook.com/groups/cookeorecettes/
http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

Préparation

Mode dorer

Faites revenir les morceaux de chorizo, puis faites dorer les oignons et les carottes.
Ajoutez les lentilles et les tomats concassées et versez l'eau avec le cube de bouillon de bœuf.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 12 mn

Servez chaud.

Lentilles chorizo

Cookeo Moulinex

Lentilles chorizo weight watchers

415 CALORIES 9 PP 9 SP

Ingrédients pour 4 personnes

250 g de lentilles
140 g de chorizo
100 g d'oignons
400 g de carottes
1 cube de bouillon de bœuf
500 ml d'eau
1 boite de tomates concassées
Sel
Poivre

Préparation

Mode dorer

Faites revenir les oignons avec le chorizo coupé en rondelles .
Ajoutez les carottes .
Ajoutez La boite de tomates concassées.
Recouvrez d'un bouillon constitué d'eau et du cube de bouillon de bœuf émietté

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 15 mn

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ https://www.facebook.com/cookeorecettes

http://recettescookeo.net/

Magrets aux poires 4PP 9 SP

Magrets de canard aux poires

Ingrédients pour 4 personnes

480 g de magret de canard paré
12,5 cl de Monbazillac
10 cl de bouillon de volaille
1 cuillère à café de gingembre
600 g de poires fermes pelées et coupées en 4
Sel
Poivre

Mode Dorer

Incisez en biais la peau du magret, salez et poivrez, colorez les magrets coté peau en premier, 3 minutes par face
Jetez la graisse de cuisson et réservez le magret
Versez dans la cuve le Monbazillac en grattant bien les sucs de la viande
Ajoutez le reste des ingrédients et le magret
Cuisson rapide ou Cuisson sous pression
Démarrez la cuisson - 5 minutes -
Découpez le magret en tranches fines, servz avec les poires
Nappez avec la sauce

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ https://www.facebook.com/cookeorecettes http://recettescookeo.net/

Marmite espagnole weight watchers 6PP 7 SP

Marmite espagnole WWatchers 6 PP

Préparation 10 *mn* ***Cuisson*** 8 mn **Propoints** 6 **Calories** 268

Ingrédients pour 4 personnes

400 g de blanc de poulet en morceaux
100 g d' oignons congelés
200 g de lanières de poivrons congelés
100 g de chorizo en rondelles
1 20 g de riz
1 cube de bouillon de volaille
1 tomate coupée en morceaux
400 ml d'eau
2 c à café rizdor
Huile d'olive

https://www.facebook.com/cookeorecettes

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

Préparation

Mode dorer
Versez l'huile dans la cuve et faites dorer les oignons sans attendre la fin du préchauffage.
Ajoutez ensuite les morceaux de poulet.
Ajoutez les morceaux de tomates ,les lanières de poivrons ,le riz ,le chorizo.
Versez un bouillon composé de 400 ml d'eau et le cube de bouillon de volaille.
Ajoutez 2 cuillères à café de rizdor .
Ajoutez du piment si vous le souhaitez .

Cuisson rapide ou cuisson sous pression
Programmez 8 mn (temps de cuisson basé sur le temps de cuisson du riz indiqué sur le paquet ivisé par 2)
Servez chaud .

Pâtes à la dinde 498 CAL 11 PP 8 SP

Pâtes à la dinde 2 Personnes

497 CALORIES 11 PP 8 SP

Ingrédients :

50g de pâtes crues (pennes, farfalles, macaronis) - à cuire selon les instructions de l'emballage
2 oignons émincés
100 g de jambon cuit dégraissé, coupé en lanières
240 g de filet de dinde, coupé en lanières
2 c.c. d'huile d'olive
200 g de petits pois et carottes surgelés
200 ml de bouillon de légumes
2 c.s. de maïs
Sel, poivre, paprika (ou un mélange d'épices pour poulet)

Préparation :

En mode manuel, dorer :
Faire dorer, pendant 2 min, les lanières de dinde dans l'huile d'olive et épicer selon les goûts.
Ajouter les oignons et les lanières de jambon et faire dorer encore 1 min.
Ajouter les petits pois/carottes et le bouillon de légumes, fermer le cookeo et programmer 3 min de cuisson.
A l'ouverture du cookeo, ajouter le maïs, les pâtes cuites et mélange
Servir et déguster.

Info :

Selon moi, les petits pois étaient un peu trop cuits parce que j'avais tablé sur 5 min de cuisson (à mi-chemin entre les 3 min des petits pois et les 7 min des carottes dans la rubrique "Ingrédients" du cookeo), 3 min devraient suffire comme je vous l'indique. La sauce était un peu liquide, je l'ai liée avec de la Maïzena Express (Sauceline)

Paëlla weight watchers 10 PP 10 SP

Cookeo

Moulinex

Recette cookeo paëlla allégée weight watchers

Ingrédients pour 6 personnes

600 g de poulet
300 g de riz
1 citron
200 g de crevettes cuites congelées
100 g d'oignons congelés
1 dose de safran ou 3 cuillères à café de Rizdor
4 gousses d'ail
4 tomates
250 g de petits pois congelés
1 cube de bouillon de bœuf
200 g de moules décortiquées
300 g de lanières de poivrons congelés
50 g de chorizo
300 ml d'eau

Préparation
Mode dorer

Faites revenir le poulet coupé en morceaux et les oignons et l'ail coupé en morceaux dans la cuve avec 2 cuillères à café d'hule 'olive.
Ajoutez en suite les crevettes,les petits pois ,les lanières de poivron, les moules ,les tomates coupées en morceaux,le chorizo .
Versez le jus d'un citron pressé et 300 ml d'eau avec le cube de bouillon de bœuf .
Ajoutez une dose de safran .

Cuisson sous pression ou cuison rapide

Programmez 10 mn Servez chaud

https://www.facebook.com/cookeorecettes/

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

Paupiettes dinde aux légumes 500 CAL 10 PP 12 SP

Paupiettes de dinde aux légumes

500 CAL 10 PP 12 SP

Ingrédients :

4 paupiettes de dinde
100 g d'allumettes de bacon
400 g de pommes de terre en morceaux
100 g de petits pois
400 g de carottes en rondelles
1 oignon haché
1 cube de bouillon de bœuf
1 petite boîte de pulpe de tomates
10 cl de vin blanc
Arôme plein sud de Knorr

Préparation :

En mode « Dorer »
Faire revenir l'oignon haché avec le bacon
Ajouter les paupiettes et faire colorer
Arrêter le mode « Dorer »
Mettre les carottes, les pommes de terre, les petits pois, la boîte de tomates,
le vin et l'arôme plein sud.
En mode « Cuisson rapide » ou « Cuisson sous pression »
Démarrer la cuisson - 15 minutes -

Info :

Pilons poulet riz lait coco

Pilons poulet riz lait coco

480 CALORIES 10 PP 10 SP

Ingrédients :

8 pilons de poulet
150 g oignons surgelés
4 carottes en rondelles
1 petite boîte de pulpe de tomates
20 cl de lait de coco
2 cuillères à soupe de curry

Préparation :

En mode « Dorer »
Faire revenir les oignons et les pilons de poulet.
Arrêter le mode « Dorer »
Ajouter la pulpe de tomates, le lait de coco, les rondelles de carottes, du curry, du sel et du poivre.

En mode « Cuisson rapide » ou « Cuisson sous pression »
Démarrer la cuisson - 20 minutes -

Pilons de poulet au riz 6 PP 5 SP

Cookeo Moulinex

Pilons de poulet au riz

Préparation 5 *mn* *Cuisson* 10 mn Propoints 6 Calories 267

Ingrédients pour 4 personnes

100 g d'oignons congelés
4 pilons de poulet
200 gr de riz basmati
1 bouillon cube de volaille
200 ml d'eau
100 g de crème fraîche à 0 %
Huile d'olive
Curry
Sel, poivre

Préparation :
Mode dorer
Faites chauffer l'huile pour faire revenir les oignons et les pilons de poulet.
Versez le riz dans la cuve .
Salez et poivrer, saupoudrez de curry .
Versez un bouillon composé de 400 ml d'eau et du cube de bouillon de volaille.
Cuisson rapide ou cuisson sous pression
Programmez 10 mn de cuisson .
Quand la cuisson est terminée ajoutez la crème fraîche mélangez . Servez chaud .

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

https://www.facebook.com/cookeorecettes

Poireaux pommes de terre 2PP 5 SP

Cookeo Moulinex

Poireaux pommes de terre wwatchers

Ingrédients pour 4 personnes

1 jaune d'œuf
100 g d'oignons congelés
2 gousses d'ail coupées en morceaux
4 pommes de terre coupées en morceaux
400 g de poireaux congelés
2 cuillères à soupe de crème fraîche
Sel
Poivre
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
200 ml d'eau
1 cube de bouillon de bœuf

Préparation
Mode dorer
Versez 2 cuillères à soupe d'huile d'olive pour faire revenir les oignons ,l'ail ,
Ajoutez les poireaux puis les pommes de terre .
Versez un bouillon constitué d'eau et du cube de bouillon de bœuf.

Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression
Programmez 10 mn

Pendant la cuisson mélangez la crème fraîche avec le jaune d'œuf. (séparez le blanc du jaune)
Quand la cuisson est terminée versez votre sauce dans la cuve et mélangez .

https://www.facebook.com/cookeorecettes/

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

Poireaux pommes de terre à la crème ww 2 PP 5 SP

Cookeo Moulinex

Poireaux et pommes de terre à la crème 2PP

Ingrédients pour 4 personnes

4 blancs de poireaux en rondelles

4 pommes de terre coupées en dés

1 oignon émincé 2 gousses d'ail hachées

1 jaune d'œuf

2 c à soupe de crème fraîche allégée

1 cube de bouillon de volaille dilué dans 20 cl d'eau

2 c à café d'huile Ciboulette Sel et poivre

Préparation :

Mode « Dorer » Versez l'huile dans la cuve, faites revenir l'oignon, les poireaux et les pommes de terre

Arrêtezle mode « Dorer » Versez dans la cuve le bouillon de volaille et mélangez

Mode « Cuisson rapide » ou « Cuisson sous pression » Démarrer la cuisson - 10 minutes -

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

https://www.facebook.com/cookeorecettes

Poêlée pommes de terre courgettes

Poêlée pommes de terre courgettes

140 CALORIES 3 PP 3 SP

Ingrédients :

700 gr de courgettes
400 gr de pommes de terre
1 cc d'huile d'olive
Sel, poivre
Thym
2 gousses d'ail

Préparation :

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.

Porc à l'aigre doux 2 PP 6 SP

Cookeo Moulinex

Porc à l'aigre doux 3 PP

Ingrédients pour 4 personnes

400 g de filet mignon découpé en languettes

3 poivrons (rouge, jaune, vert) coupés en lamelles

3 gousses d'ail hachées et dégermées

3 oignons blancs émincés

1 tomate coupée en dés

20 cl de bouillon de volaille

2 cuillères à soupe d'édulcorant de cuisson

2 cuillères à café de vinaigre de xérès

2 cuillères à soupe de sauce soja

1 cuillère à soupe de gingembre râpé

1 cuillère à soupe de fécule

2 cuillères à café d'huile d'arachide

Coriandre ciselée

Sel et poivre

Préparation :

Roulez les languettes de viande dans la fécule

Mode « Dorer » .

Versez l'huile dans la cuve faites dorer les languettes de viande, salez, poivrezet réservez

Faites dorer les oignons, les poivrons, la tomate quelques minutes et ajoutez l'ail

Versez dans la cuve les 20 cl de bouillon de volaille, l'édulcorant, le vinaigre, la sauce soja et le gingembre, bien mélanger le tout

Arrêtez le mode « Dorer » Ajoutez les languettes de viande

Mode « Cuisson rapide » ou « Cuisson sous pression »

Démarrez la cuisson - 6 minutes -

A moment de servir, saupoudrez de coriandre ciselée

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

https://www.facebook.com/cookeorecettes

Porc moutarde 6 PP 8 SP

Porc moutarde weight watchers 6 PP

Ingrédients pour 4 personnes

4 tranches de rôti de porc
4 oignons
1 cuillère à café d'huile d'olive
4 cuillères à soupe de crème fraîche
1 cuillère à soupe de moutarde
1 cuillère à soupe de câpres
200 ml d'eau
Sel
Poivre

Préparation

Mode dorer

Découpez votre rôti en tranches.
Versez l'huile d'olive dans la cuve puis faites revenir les tranches de rôti puis les oignons .
Ajoutez les câpres, versez l'eau .
Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn
Quand la cuisson est terminée réservez les tranches de rôti puis ajoutez la crème fraîche et la moutarde. Puis replongez les tranches . Servez chaud .

Poulet basquaise 4 PP 4 SP

Cookeo Moulinex

Poulet basquaise weight watchers

Préparation 5 *mn* *Cuisson* 10 mn Propoints 4 Calories 180

Ingrédients pour 4 personnes

400 g d'escalopes de poulet coupées en morceaux
200 g de lanières de poivrons congelés
100 g d'oignons congelés
1 cuillère à café d'ail déshydraté
1 cuillère à café d'huile d'olive

1 petite boite de tomates pelées
1 verre de vin blanc
Sel
Poivre
1 cube de bouillon de bœuf
200 ml d'eau
Concentré de tomates éventuelllement

Préparation

Faites revenir les morceaux de poulet et d'oignons avec l'huile d'olive dans la cuve .
Ajoutez ensuite les poivrons , la boite de tomates pelées, l'ail.
Versez le verre de vin blanc ,200 ml d'eau et le cube de bouillon de bœuf émietté.
Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 10 mn.
Ajoutez éventuellement 2 cuillères à café de concentré de tomates quand la cuisson est terminée

Poulet au Boursin 8 PP 8 SP

Moulinex cookeo

Poulet au boursin cuisine

WW 8 pp

Karine Redman

Ingrédients :

Pour 6 personnes

- 550 gr d'escalopes de poulet coupés en morceaux,
-800 gr de courgettes coupées en des
-200 ml d'eau avec un bouillon de volaille
- 100 ml de vin blanc
- 180 gr de pâtes
- 100 gr de bacon coupe en mini aiguillettes ou des allumettes de bacon déjà faites.

Mettre tout au cookeo en remuant pour mélanger et mettre mode cuisson rapide 10 min.
Et a la fin de la cuisson mettre un pot de 245 gr de boursin cuisine light et déguster .

© https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Poulet pommes de terre 395 CAL 8 PP 8 SP

Cookeo Moulinex

Poulet pommes de terre

395 CAL 8 PP 8 SP

Recette pour 4 personnes

Ingrédients :

500 gr d'escalopes de poulet
Une boite de 400 gr de champignons entiers soit 230 gr égoutté
400 gr de pomme de terre
400 gr de carottes
100 gr de bacon
100 ml de vin blanc
3 cc d'huile d'olive
1 bouillon cube de volaille
½ oignon
1 bouquet garni
Sel, poivre

Préparation :

Emincer l'oignon, couper le poulet en gros morceaux puis mettre le tout avec l'huile dans la cuve puis faire dorer 3 minutes en remuant.

Pendant ce temps éplucher les pommes de terre et les carottes et les couper en rondelles pour les carottes et en petits cubes pour les pommes de terre.
Les rajouter dans la cuve. Rajouter le bouillon cube, les champignons égouttés, le bacon coupé en lardons, le bouquet garni, le sel et le poivre.
Mouiller avec le vin blanc puis programmer 15 minutes en cuisson rapide

Poulet au cola 4 PP 5 SP

Cookeo Moulinex

Poulet au cola

Ingrédients pour 4 personnes

400 g d'escalope de poulet
2 cuillères à café d'huile d'olive
Sel
Poivre
2 citrons
150 ml de cola
100 ml d'eau
1 cuillère à soupe de gingembre moulu

Préparation

Mode dorer

Versez l'huile d'olive et faites dorer le poulet coupé en morceaux .
Au bout d'environ 3 mn ajoutez le cola et les 100 ml d'eau
Ajoutez le gingembre et mélangez.
Versez le jus de citron .
Salez et poivrez .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn . Servez chaud .

Poulet pommes de terre au cidre ww 4PP 0 SP

Cookeo Moulinex

Poulet pommes de terre au cidre 4 PP

Ingrédients pour 4 personnes

4 cuisses de poulet

400 g pommes de terre entières

400 g de pommes pelées et coupées en 4

3 échalotes émincées

60 cl de cidre brut

4 cuillères à café de beurre

Herbes de Provence

Persil

Sel et poivre

Mode « Dorer »

Mettez le beurre dans la cuve et faites revenir les cuisses de poulet quelques minutes Réservez.Faites revenir les pommes, puis les échalotes

Arrêtez le mode « Dorer » Versez dans la cuve le cidre et tous les autres ingrédients sauf le persil, mélangez. Déposez les cuisses de poulet par-dessus

« Cuisson rapide » ou « Cuisson sous pression »
Démarrer la cuisson - 20 minutes -

Servir saupoudrer de persil

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ https://www.facebook.com/cookeorecettes

Poulet aux champignons 500 CAL 10 PP 12 SP

Recette pour 2 personnes

Poulet aux champignons

500 CALORIES 10 PP 12 SP

Ingrédients :

2 blancs de poulet
230 gr de champignons de paris (1 petite boite)
400 gr de pomme de terre
6 tranches de bacon
125 ml de vin blanc
3 cc d'huile d'olive
1 cube de bouillon de volaille
1 bouquet garni
1 oignon
Sel, poivre du moulin

Préparation :

Préparez vos ingrédients : épluchez les pommes de terre puis coupez-les en dés.
Coupez le poulet en petits morceaux.
Épluchez l'oignon puis émincez-le.
Branchez le Cookeo, choisissez dans le menu la section « recettes » puis « bourguignon » puis « 02 pers » (ou plus si vous êtes plus nombreux).
Ensuite, suivez les instructions de l'appareil :
Versez l'huile et le poulet et les oignons dans la cuve, puis faites dorer quelques minutes.
Appuyer sur ok puis mettez tous les autres ingrédients dans la cuve, mélangez, fermez l'appareil et verrouillez-le, attendez !
Quand l'appareil émet des bips, c'est cuit, il passe en mode maintien au chaud jusqu'à ce que vous l'arrêtiez.

Poulet au citron wwatchers 5 PP 7 SP

Cookeo Moulinex

Poulet au citron wwatchers

Préparation 10 mn Cuisson 10 mn Propoints 5 Calories 242

Ingrédients pour 4 personnes

4 escalopes de poulet
2 citrons
100 g d'oignon congelés
1 cube de bouillon de volaille
200 g de champignons de Paris congelés
1 cuillère à soupe d'huile d'olive
4 cuillères à soupe de crème fraîche

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

Préparation

Mode dorer

Versez une cuillère à soupe d'huile d'olive dans la cuve du cookeo. Faites revenir les oignons et les morceaux d'escalopes.
Ajoutez les champignons de Paris.
Pressez les citrons et versez le jus dans la préparation ainsi que les 200 ml d'eau et le cube de bouillon de volailles.

Mode cuisson rapide ou mode dorer

Programmez 10 mn

En fin de cuisson ajoutez les 4 cuillères à soupe de crème fraîche. Servez chaud

https://www.facebook.com/cookeorecettes

Ratatouille piment espelette 215 CAL 5 PP 3 SP

Cookeo Moulinex

Ratatouille piment Espelette

215 CALORIES 5 PP 3 SP

Ingrédients pour 4 personnes

200 g de poivrons surgelés en lanières
4 tomates
1 pomme de terre (200 g)
100 g d'oignons congelés ou 1 oignon frais
1 aubergine ou 200 g d'aubergines congelées
200 g de courgettes congelées ou une courgette fraîche
1 cuillère à café d'ail déshydraté ou 2 gousses d'ail
2 cuillères à café d'huile d'olive
1 cuillère à café d'herbes de Provence
¼ de cuillère à café de Piment d'Espelette
200 ml d'eau
1 cube de bouillon de bœuf
2 cuillères à soupe de concentré de tomates
Sel

Préparation

Mode dorer

Versez l'huile d'olive dans la cuve et faites dorer les oignons et l'ail .
Faites ensuite revenir les poivrons verts , les morceaux d'aubergines et les rondelles de courgettes.
Ajoutez les tomates et la pomme de terre coupée en morceaux .
Salez , saupoudrez de piment d'Espelette et d'herbes de Provence
Versez 200 ml d'eau et le cube de bouillon de bœuf émietté.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 3mn
Quand la cuisson est terminée ajoutez les cuillères de concentré de tomates et mélangez.

http://recettescookeo.net/

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ https://www.facebook.com/cookeorecettes

Ratatouille provencale 2PP 2 SP

Cookeo Moulinex

Ratatouille provencale 2 PP

Ingrédients pour 6 personnes

2 oignons
2 gousses d'ail
1 aubergine
1 courgette
1 poivron
1 boite de tomates concassées
1 1/2 cube de légumes
thym
romarin
pesto
sel
poivre

Préparation

Mettre tous les ingrédients dans la cuve.

Recouvrir d'eau, jusqu'à hauteur des ingrédients.

Lancer la cuisson rapide/sous pression pendant 8 minutes.

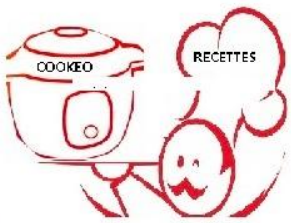
http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ https://www.facebook.com/cookeorecettes

Rôti de bœuf moutarde ancienne 398CAL 10 PP 12 SP

Cookeo Moulinex

Rôti de boeuf moutarde ancienne

398 CAL 10 PP 12 SP



Ingrédients pour 4 personnes

1 rôti de 800 g
1 verre de vin blanc sec 150 ml
150 g d'oignons congelés
Huile d'olive
2 cuillères à soupe de moutarde
Sel
Poivre

Préparation

Sélectionnez l'onglet « recettes » puis « plat » et « rôti de bœuf à la moutarde »
L'appareil vous demande si vous voulez commencer la recette faites oui .
L'appareil se met en préchauffage .
L'appareil vous demande faire dorer la viande avec de l'huile . Ajoutez donc l'huile ,le rôti et les oignons dans la cuve .Faites revenir le rôti sur toutes ses faces.
Puis arrêtez la fonction dorer et ajoutez le reste des ingrédients à savoir le vin blanc et la moutarde.
Salez et poivrez .
Démarrez la cuisson et fermez le couvercle .
Servez chaud

https://www.facebook.com/cookeorecettes/ http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ http://recettescookeo.net/

Rôti de porc pommes cidre 4 PP 9 SP

Cookeo Moulinex

Rôti de porc pommes et cidre

Ingrédients pour 6 personnes

1 rôti de porc
200 g de champignons de Paris congelés
3 pommes coupées en morceaux
100 g d'oignons congelés
330 ml de cidre
1 verre d'eau
Sel
Poivre
Huile d'olive
1 cube de bouillon de bœuf
2 cuillères à soupe de crème fraîche

Préparation

Faites dorer le rôti avec de l'huile d'olive dans la cuve, puis ajoutez les oignons.
Ajoutez ensuite les champignons de Paris, les pommes coupées en morceaux.
Versez le cidre et le verre d'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté.
Salez, poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou cuisson sous pression

Programmez 30 mn. Servez chaud.

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

https://www.facebook.com/cookeorecettes

Rôti de porc au cidre 4PP 10 SP

Cookeo

Moulinex

Rôti de porc au cidre weight watchers 4 PP

Ingrédients pour 6 personnes

1 rôti de porc dans le filet (480 gr)

2 échalotes

6 petites pommes

1 petite boite de champignons de Paris émincés

3 cc de margarine végétale à 60 %

33 cl de cidre brut

1 bouquet garni

1 cc de fond de veau

3 CS de crème à 5%

Sel poivre

Mode dorer

Faire dorer le rôti dans le cookeo avec la margarine et ajouter les échalotes .Puis mettre tous les ingrédients

Cuisson sous pression ou cuisson rapide 18 minutes

https://www.facebook.com/cookeorecettes

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

Risotto aux champignons 5PP 7 SP

Moulinex cookeo

Risotto aux champignons

WW 5PP

Magali Guivarc'h

Ingrédients :

pour 2 personnes

250gr champignons de Paris
3CC margarine à 60%
1 oignon
120gr riz rond à risotto
50CL de bouillon de volaille (1 tablette)
4 ST Môret Ligne et Plaisir de 18g
1CS de basilic frais ciselé
2 barquettes de dés d'épaule dégraissée (150gr)
Ser, Poivre

Rincer et essuyer les champignons, les émincer en lamelles.
Chauffer 1 CC de margarine dans une sauteuse, saisir les champignons 2mn, saler et poivrer : les garder un peu croquants. Réserver
Hacher l'oignon. Rincer le riz.
En mode dorer : Faire chauffer 2CC de margarine, y faire dorer l'oignon, sans le faire dorer.
Ajouter le riz et le faire nacrer 2mn.
Mouiller avec le vin blanc et le faire réduire (toujours en mode dorer).
En mode cuisson rapide, verser le bouillon de volaille, mélanger pendnt 15 à 20mn.
Si il reste du jus, tamiser.
Ajouter le St Môret et parsemer de basilic.
Mélanger. Incorporer les dés d'épaule et les champignons, mélanger délicatement. Rectifier l'assaissonnement en sel et poivre si nécessaire.

© https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Risotto de la mer 300 CAL 6 PP 6 SP

Cookeo Moulinex

Risotto de la mer champignons

300 CAL 6 PP 6 SP

Ingrédients :

4 personnes

200 gr de riz à risotto cru
½ oignon
1 boite de 400 gr de champignons de paris soit 230 gr égoutté
1 bouillon cube de légumes
350 ml d'eau
300 gr de crevettes surgelées
2 pavés de saumon frais de 120 gr chacun
30 gr parmesan

Préparation :

Lancer le mode dorer et pendant le préchauffage mettre les crevettes non décongelées, l'oignon émincé, le saumon coupé en cube et les champignons dans la cuve.
Lorsque le préchauffage est terminé rajouter le riz et faire dorer 1min.
Puis rajouter l'eau et le bouillon cube et passer en cuisson rapide pendant 15 minutes.
Une fois cuit rajouter le parmesan et mélanger.

http://recettescookeo.net/

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ https://www.facebook.com/cookeorecettes

Risotto jambon ww 9 PP 9SP

Cookeo

Moulinex

Risotto jambon wwatchers

Ingrédients 4 personnes

240 gr de riz
1 verre de vin blanc
400 gr de dés de jambon
200 gr de champignons de Paris congelés
Sel, poivre
1 cube de bouillon de bœuf

Ajoutez un à un les ingrédients dans la cuve en commençant par le jambon, le riz, les champignons de Paris.

Emiettez le cube de bouillon de bœuf puis versez le verre de vin blanc. Salez et poivrez selon votre convenance.

Versez de l'eau pour recouvrir les ingrédients.

Programmez « cuisson sous-pression » ou cuisson rapide 6 minutes. (Le temps indiqué sur le paquet de riz divisé par 2).
Servez chaud.

https://www.facebook.com/cookeorecettes

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

Rougail saucisses pommes de terre 400 CAL 9 PP 10 SP

Rougail saucisses et pommes de terre

400 CALORIES 9 PP 10 SP

Ingrédients :

4 saucisses fumées coupées en rondelles
1 grosse boîte de tomates pelées en gros cartiers
1 oignon émincé
1 gousse d'ail hachée et dégermée
600g de pommes de terre en cubes
Piment en poudre

Préparation :

En mode « Dorer »
Faire revenir l'oignon et l'ail hachés
Ajouter les rondelles de saucisses puis les pommes de terre
Arrêter le mode « Dorer »
Mettre les tomates, le jus des tomates et le piment
En mode « Cuisson rapide » ou « Cuisson sous pression »
Démarrer la cuisson - 15 minutes -

Riz légumes viande hachée 380 CALORIES 9 PP 6 SP

Riz légumes viande hachée

380 CALORIES 9 PP 6 SP

Ingrédients :

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

Recette pour 5 personnes

Préparation :

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, salé, 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.

Steak de porc au vin blanc 3 PP 7 SP

Cookeo Moulinex

Steaks de porc au vin blanc

Ingrédients pour 4 personnes

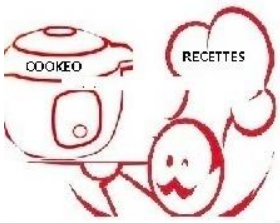
400 steaks de porc
125 ml de vin blanc
200 g de carottes congelées
40 g d'oignons
Paprika
1 cube de bouillon de bœuf
Sel , poivre
Huile d'olive
60 g de crème fraîche
150 ml d'eau.

Préparation
Mode dorer
Faites dorer les oignons et les morceaux de steaks de porc.
Ajoutez les carottes saupoudrez de paprika.
Versez le vin blanc.
Versez 150 ml d'eau et le cube de bouillon de boeuf
Cuisson sous pression ou cuisson rapide
Programmez 8 mn de cuisson rapide .
En fin de cuisson ajoutez la crème fraîche.
Servez chaud.

https://www.facebook.com/cookeorecettes/

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/

Salade moules betteraves 230 CAL 6 PP 5 SP



Salade moules betteraves weight watchers

230 CALORIES 6 PP 5 SP

Ingrédients pour 4 personnes

2 betteraves
300 g de moules décortiquées congelées cuites
1 yaourt nature brassé
1 échalote
1 cuillère à soupe de vinaigre
4 cuillères à soupe d'huile
1 cuillère soupe de moutarde
Persil déshydraté
Sel
Poivre

Préparation

Déposez les moules encore congelées dans la cuve et versez 300 ml d'eau.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 2 mn

Pendant la cuisson des moules préparez votre sauce. Déposez la cuillère de moutarde, de vinaigre, d'huile. Ajoutez le yaourt nature et mélangez l'ensemble des ingrédients. Coupez et hachez votre échalote et incorporez-la à la sauce.

Sortez les moules de la cuve quand la cuisson est terminée.

Egouttez et laissez refroidir à l'air libre puis au frigo.

Déposez les betteraves coupées en morceaux dans le saladier, mélangez et placer le saladier au frigo.

Ajoutez les moules aux betteraves avant dégustation et redéposez le saladier au frigo.

Spaghettis aux asperges 9 PP 10 SP

Cookeo Moulinex

Spaghettis aux asperges 9 PP

Ingrédients pour 3 personnes

90 g de dés de jambon
180 g de spaghettis
1 cube de bouillon de boeuf
Paprika
200 g d'asperges vertes cuites au cookeo (ou en conserve)
200 g de champignons de Paris congelés
2 cuillères à soupe de crème fraîche

Préparation

Coupez les spaghettis en 2 et déposez les dans la cuve . Ajoutez les champignons de Paris . Ajoutez de l'eau avec le cube de bouillon de bœuf émietté.(recouvrez tous les ingrédients). Saupoudrez de paprika.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn (le temps de cuisson indiqué sur le paquet de pâtes divisé par 2) .
En fin de cuisson ajoutez les dés de jambon , la crème fraîche
Faites réchauffer les asperges au micron-ondes et déposez les spaghettis dans les assiettes.
Servez chaud

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ https://www.facebook.com/cookeorecettes

Spaghettis au thon 7PP 6 SP

Cookeo Moulinex

Spaghettis thon weight watchers 7PP 6 SP

Ingrédients pour 5 personnes

350 g de spaghettis (70 g par personnes)
1 grosse boite de thon
1 petite boite de tomates concassées ou pelées
100 g d'oignons congelés ou frais
1 cuillère à café d'ail déshydraté ou 1 gousse d'ail
Sel
Poivre
300 ml d'eau

Préparation

Mode dorer

Faites revenir les oignons et l'ail dans la cuve avec l'huile d'olive.
Ajoutez au bout d'une minute le thon et faites le revenir 1 mn.
Versez les tomates concassées.
Ajoutez les spaghettis coupés en 2
Versez l'eau.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn (le temps indiqué sur le paquet de spaghettis divisé par 2)
Servez chaud

http://recettescookeo.net/

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ https://www.facebook.com/cookeorecettes

Tajine poulet agneau 360 CAL 8 PP 7 SP

Tajine poulet agneau

360 CALORIES 8 PP 7 SP

Ingrédients :

4 pilons de poulets
2 belles tranches de gigot d'agneau coupées en gros morceaux
6 carottes coupées en tronçons
2 courgettes coupées en tronçons
1 poivron jaune coupé en lanières épaisses
1 oignon émincé
sel, cumin, safran, coriandre, piment doux, paprika
150 ml d'eau

Préparation :

Faire revenir dans un peu d'huile d'olive les oignons et la viande .en position doré.
Ajouter les épices et bien mélanger le tout.
Dessus poser les légumes et verser l'eau.
Passer en mode cuisson rapide pour 10 min.

Tomates farcies 6 PP 4 SP

Cookeo Moulinex

Tomates farcies weight watchers

Calories: 273 (1 part) ProPoints: 6 (1 part) Cuisson 8mn

Ingrédients pour 4 personnes

250 g de viande hachée
1 cube de bouillon de bœuf
curry
5 tomates
100 g d'oignons congelés
1 tranche de pain
1 œuf
Sel
Poivre
2 cuillères à café de persil déshydraté

Préparation

Coupez des chapeaux sur la tomate et évidez les tomates. Conservez la chair.
Hachez les poignons et la chair de tomates. Déposez le mélange dans un saladier
Puis ajoutez la viande hachée et mélangez avec les oignons, le sel, le poivre, les épices, le persil.
Dans un bol battez l'œuf et mélangez avec la tranche de pain que vous avez émiettée.
Ajoutez les miettes dans le saladier et mélangez.
Ajoutez la farce dans les tomates recouvrez avec les chapeaux.
Placez les tomates dans la cuve du cookeo.
Ajoutez de l'eau et le cube de bouillon de bœuf.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 8 mn
Servez chaud

http://recettescookeo.net/

Tomates farcies au champignons 4 PP 6 SP

Cookeo Moulinex

Tomates farcies champignons weight watchers

Préparation 10 *mn* ***Cuisson*** 8 mn **Propoints** 4 **Calories** 189

Ingrédients pour 5 personnes

200 g de bœuf haché
5 tomates
100 g d'oignons congelés
100 g de champignons de Paris congelés
1 cuillère à café de concentré de tomates
1 cuillère à café de thym
1 cuillère à café d'ail déshydraté
1 verre de vin blanc
1 cube de bouillon de boeuf
300 ml d'eau
Sel
Poivre

Préparation

Lavez les tomates et coupez des chapeaux
Evidez les tomates . Placez la chair des tomates ,les oignons, les champignons de Paris dans un hachoir.
Déposez dans un saladier la chair des tomates, les champignons et les oignons hachés puis ajoutez la cuillère de concentré de tomates, le thym, l'ail et la viande hachée.
Salez et poivrez.
Farcissez les tomates creusées .Placez les dans la cuve .

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 8 mn
Servez chaud

Trio de poivron en sauce 2 PP 2SP

Cookeo Moulinex

Trio de poivrons en sauce wwatchers 2PP

Ingrédients pour 5 personnes

2 sachet de trio de poivrons surgelés
2 oignons émincés
1/2 petite boîte de concentré de tomates
20 gr de Margarine allégée
50 ml d'eau

Préparation

En mode dorer, faire revenir les poivrons jusqu'à que l'eau de la congélation se soit totalement évaporée.

Ajouter ensuite les autres ingrédients.

Mettre en cuisson rapide/sous pression pendant 4 minutes.

Veau Marengo 4PP 5 SP

Cookeo Moulinex

Veau Marengo

Ingrédients pour 4 personnes

1 oignon
1 échalote
2 carottes (ou +)
1 Cuillère à café de margarine à 60 %
320 gr veau en morceaux
1 Cuillère à café de fond de veau
200 ml de vin blanc sec
200 ml d'eau
1 bouquet garni
1 Cuillère à soupe de maïzena
3 Cuillères à soupe de concentré de tomat
1 boîte de champignons de Paris (400 gr)
1 cuillère à café de persil haché
Sel, poivre

Préparation :

Mode dorer

Déposez la margarine dans la cuve et faites revenir les morceaux d'échalote d'oignon et de viande .
Ajoutez ensuite les champignons de Paris , les carottes que vous avez coupées en rondelles et le bouquet garni.
Saupoudrez de persil haché .
Versez ensuite le vin blanc ,l'eau et une cuillère à café de fond de veau .Salez et poivrez selon votre convenance.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 18 mn .
Quand la cuisson est terminée repassez en mode dorer puis ajoutez le concentré de tomates et la cuillère à soupe de maïzena pour faire épaissir la sauce .

Velouté potiron au curry 145 CAL 3 PP 1 SP

Velouté de potiron au curry

145 CALORIES 3 PP 1 SP

Ingrédients :

1 kg de de potiron en cubes
75 cl de bouillon de volaille dégraissé
2 cuillères à soupe de Sauceline
1 cuillère à café de curry (ajuster selon les goûts)
125 g de crème allégée à 4 %
Sel et poivre

Préparation :

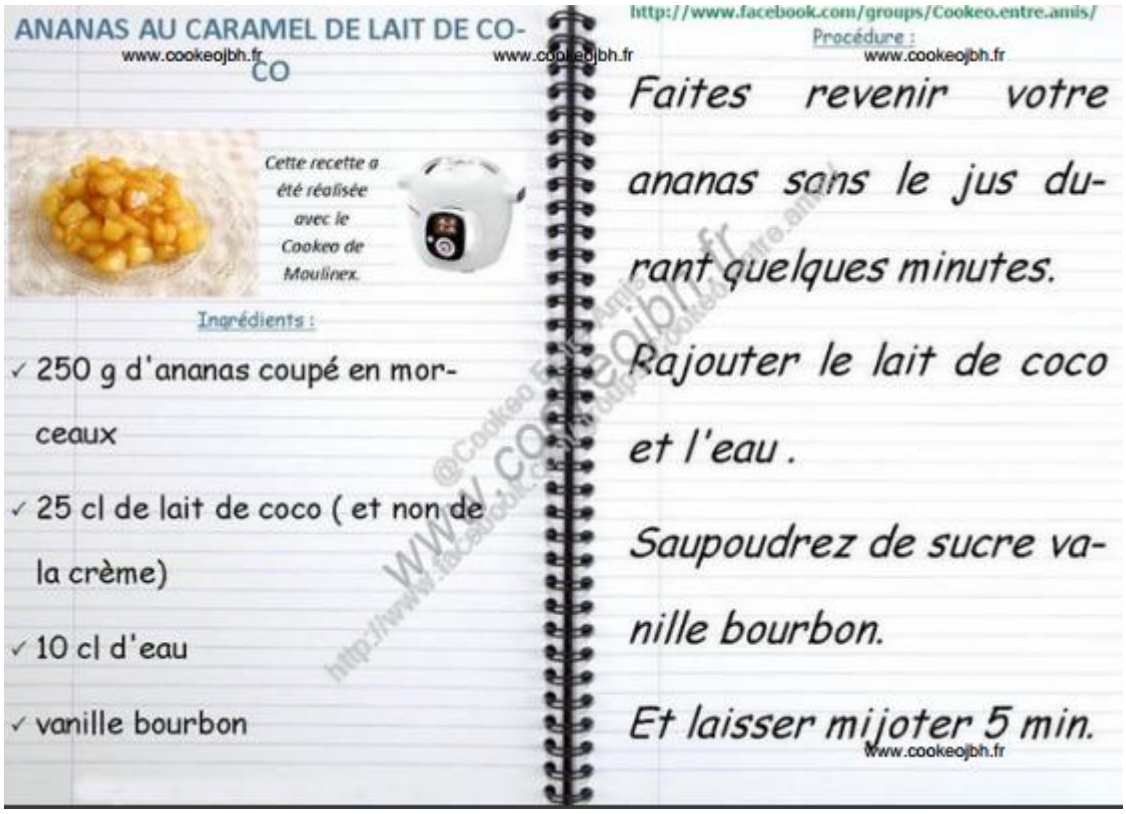
Mettre tous les ingrédients dans la cuve, sauf la crème allégée
Remuer et démarrer la cuisson

En mode « Cuisson rapide » ou « Cuisson sous pression »
Démarrer la cuisson - 8 minutes -

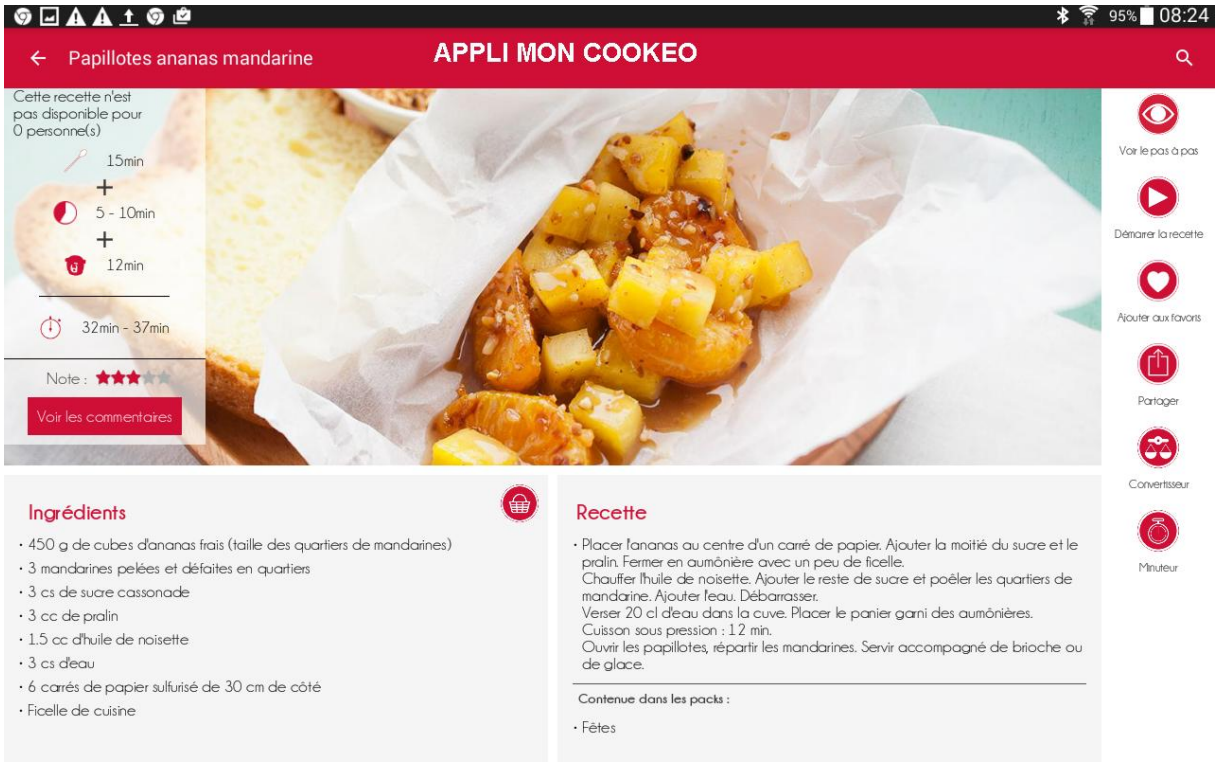
Ajouter la crème et mixer hors de la cuve

SPECIALES FETES

Ananas caramel



Ananas mandarine en papillotte



Ballotins de foie gras

Blanquette saumon romarin

Ingrédients pour 2 personne(s) :

300 g de dos de saumon coupé en cubes de 30 g environ
100 g de champignons de Paris émincés
1/2 oignon ciselé
100 g de carotte émincée finement
50 g de moules cuites
1 bouquet garni
1/2 branche de romarin
10 cl de crème liquide entière (30% de MG)
10 cl de fumet de poisson
1 cs de persil haché

Prépration

Préparer les ingrédients.
Emincer les champignons de Paris
Ciseler les oignons
Placer tous les ingrédients dans la cuve. Assaisonner de sel et de poivre. Fermer.
Cuisson sous pression : 3 min
Retirer le romarin et le bouquet garni. Servir avec du persil et du riz basmati.

Bouchées à la reine

Cailles aux pommes de terre

Cailles au vin blanc

Moulinex cookeo

Cailles au vin blanc

Gambiez Nathalie

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

-4 cailles
-1 gros oignon
-15 cl de vin blanc
-2 cuillères à soupe d'huile d'olive
-sel et poivre

Faire dorée l'huile d'olive,l'oignon et les cailles.

Remuer de façon que ca ne colle pas dans le cookeo.

Quand les cailles sont bien dorée mettre le vin blanc,

puis saler et poivrer .Faire cuire 30min cuisson rapide.

Canard aux agrumes

Cookeo Moulinex

Canard aux agrumes

Ingrédients pour 4 personnes

2 magrets de canard paré, et un peu dégraissé
2 oranges, en suprêmes
1/2 zeste d'orange
1 citron, en suprêmes
1 oignon doux

200 g de carottes émincées
7.5 cl d'eau
7.5 cl de jus d'orange
Sel et poivre
2 càs de sauceline

Préparation
Mode dorer

Colorez les magrets, côté peau en premier, 4 minutes par face.

Retirez un peu de gras. Ajouter les autres ingrédients sauf la Sauceline
Liez la sauce avec la Sauceline.

Servez avec des tagliatelles !

http://sport-et-regime.com/category/cookeo/ http://recettescookeo.net/ https://www.facebook.com/cookeorecettes/

Canard à l'orange

Moulinex cookeo

Blandine Lombard-gras

Canard à l'orange

Ingrédients :

pour 6 personnes

1 gros canard,

1 jus de citron et demi
(un demi verre)
sel poivre

1 litre d'orange frais
préssé (gardez du zeste)

J'ai découpe mon canard et fait revenir mes morceaux salés et poivrés sur chaque faces et coté peau sans graisse sur position " dorer"
(je me suis servit en parallèle d'une grande poêle pour aller + vite. quand mes morceaux ont été bien dorés j'ai debarasse ma viande afin de retirer la graisse de mon cookéo et de ma poêle(graisse que j ai garder afin d'y faire revenir (un autre jour) des petites P de T...).
j ai remis tous mes morceaux dans le cookéo et j ai ajouter mon jus d'orange et de citron.
J ai mis en cuisson 12 mn en mode manuel et 5 mn avant de servir j ai rectifie mon assaisonnement et ajouter mes zestes.....
pour la deco on peut ajouter des rondelles d'orange servis avec du riz thai hummm miam miam!!!!!

© https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Cailles au miel

Moulinex cookeo

Cailles au miel et aux raisins sec

Kevin Violaine Sottile Stmartin

Ingrédients :

2 personnes:
2 cailles,
1 càs de maïzena,
5 cuillères à soupe de miel liquide,
1 poignée de raisins secs,
100ml de vin blanc,
2 càs de sauce soja,
2 oignons,
2 gousses d'ail
1 càs d'huile.

En mode dorer faire revenir les oignons émincé, l'ail en chemise, les raisins secs et les cailles pendant 5 à 10 min (temps de préchauffage compris).

Puis rajouter la maïzena, le miel, le vin, la sauce soja, sel,poivre et mettre en mode cuisson rapide.
Faire cuire 30 min.

Canettes miel

cookeo www.cookeojbh.fr www.cookeojbh.fr www.cookeojbh.fr

Canette miel/romarin aux figues sèches et aux pommes

Lilou Moultipass

Ingrédients :
- 1 canette (1kg500 pour la mienne)
- 1 oignon émincé
- 4 carottes coupées en julienne
- 4 pommes golden coupées en tranches moyennes
- 1 boîte de 400 gr de figues sèches
- 4 cuillères à soupe de miel
- 2 cuillères à soupe bombées de romarin séché
- huile d'olive
- 300 ml d'eau avec 1/2 cube de bouillon de volaille (pas un cube entier, la saveur sera trop forte)
- - sel et poivre

Faire dorer sur toutes ses faces et la canette dans un peu d'huile d'olive (10min)
Sortir la canette et la réserver.
Mettre à revenir l'oignon et les carottes dans l'huile et la graisse de canette restantes, en remuant de temps en temps (: 5 min).
Arrêter le mode dorer. Verser la dosette de sauce sucrée japonaise + 3 c à s prélevées dans le bouillon de volaille, mélanger. Ajouter les 2 c à s de romarin. Mélanger. Ajouter 3 c à s de miel. Saler, poivrer. Mélanger.
Déposer la canette sur la préparation et la napper avec la 4ème c à s de miel restante. Verser le restant du bouillon de volaille. Remuer ..
Passer en cuisson rapide 25 minutes.
Quand la cuisson rapide est terminée, retirer la canette et la réserver, ajouter les figues et les pommes, bien remuer, déposer la canette sur la face opposée à la cuisson rapide et remettre en cuisson rapide 5 minutes.

www.cookeojbh.fr

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

www.cookeojbh.fr cookeo

Cailles farcies

www.cookeojbh.fr www.cookeojbh.fr www.cookeojbh.fr

CAILLES FARCIE ET PRUNEAUX

Dominique Beltempo

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 4 cailles
- 500g farce porc et veau
- une vingtaine de pruneaux
- 1 ou 2 oignons
- cube de volaille sel,poivre persil, 1 oeuf ,
- ail
- 250ml vin blanc
- 250ml eau

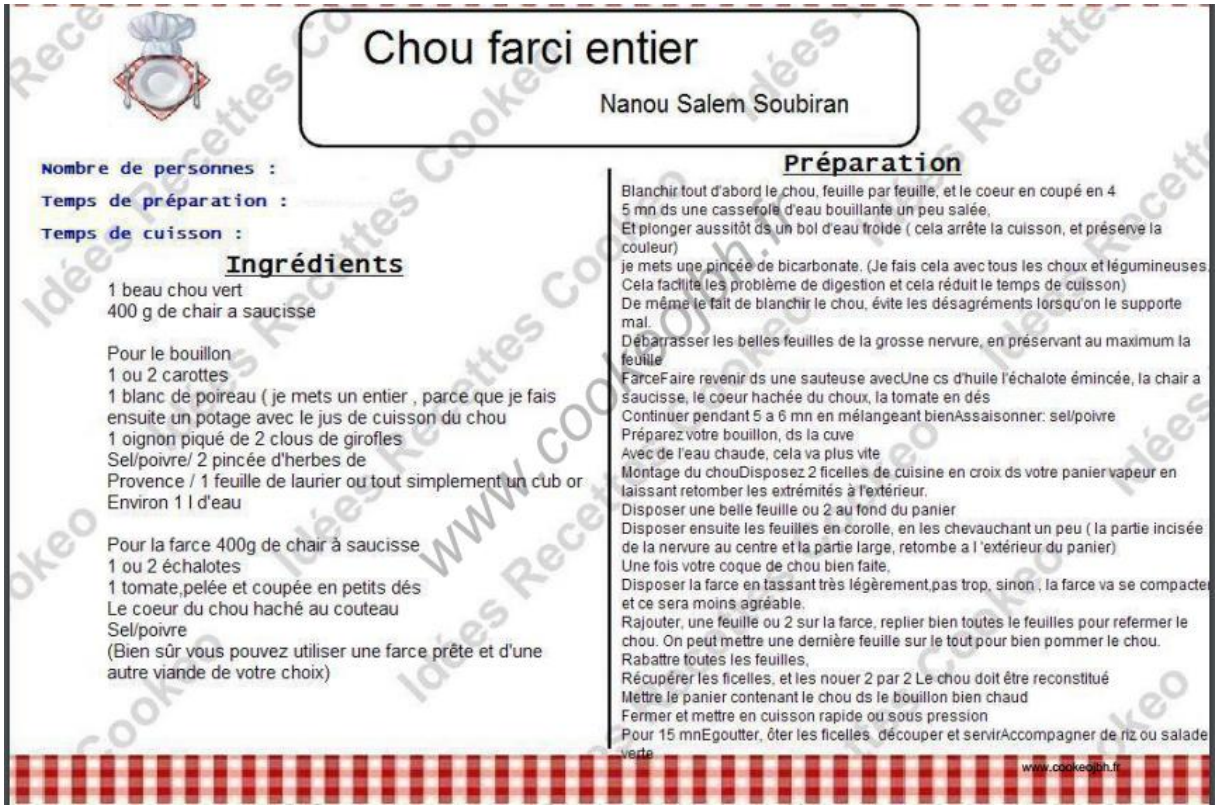
Préparer la farce : sel; poivre, persil, ail oeuf , bien melanger le tout. farcir les cailles et faire des boules avec le reste de farce .
Faire dorer les cailles ainsi que les oignons une fois saisient deglacer avec le vin blanc ajouter le cube de volaille saler poivrer puis les pruneaux
Ajouter un peu de farine pour epaissir la sauce ajouter l eau melanger pour la cuisson j ai pris la recette du lapin aux pruneaux et j ai ajouter 5mn

Cailles raisins vin jaune

Civet de marcassins

Charlotte

Chou farci



Chou farci entier

Nanou Salem Soubiran

Nombre de personnes :

Temps de préparation :

Temps de cuisson :

Ingrédients

1 beau chou vert
400 g de chair a saucisse

Pour le bouillon
1 ou 2 carottes
1 blanc de poireau (je mets un entier , parce que je fais ensuite un potage avec le jus de cuisson du chou
1 oignon piqué de 2 clous de girofles
Sel/poivre/ 2 pincée d'herbes de Provence / 1 feuille de laurier ou tout simplement un cub or
Environ 1 l d'eau

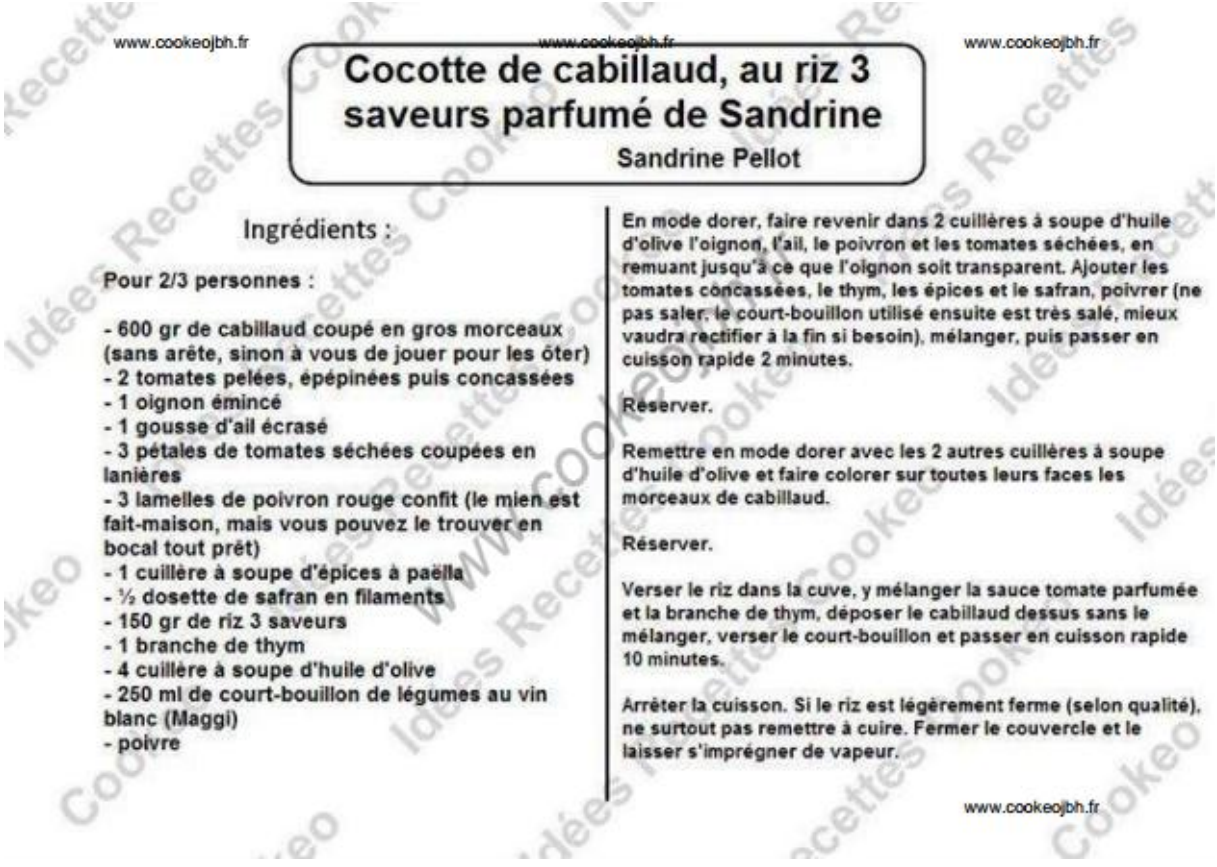
Pour la farce 400g de chair à saucisse
1 ou 2 échalotes
1 tomate,pelée et coupée en petits dés
Le coeur du chou haché au couteau
Sel/poivre
(Bien sûr vous pouvez utiliser une farce prête et d'une autre viande de votre choix)

Préparation

Blanchir tout d'abord le chou, feuille par feuille, et le coeur en coupé en 4
5 mn ds une casserole d'eau bouillante un peu salée,
Et plonger aussitôt ds un bol d'eau froide (cela arrête la cuisson, et préserve la couleur)
je mets une pincée de bicarbonate. (Je fais cela avec tous les choux et légumineuses. Cela facilite les problème de digestion et cela réduit le temps de cuisson)
De même le fait de blanchir le chou, évite les désagréments lorsqu'on le supporte mal.
Débarrasser les belles feuilles de la grosse nervure, en préservant au maximum la feuille
FarceFaire revenir ds une sauteuse avecUne cs d'huile l'échalote émincée, la chair a saucisse, le coeur hachée du choux, la tomate en dés
Continuer pendant 5 a 6 mn en mélangeant bienAssaisonner: sel/poivre
Préparez votre bouillon, ds la cuve
Avec de l'eau chaude, cela va plus vite
Montage du chouDisposez 2 ficelles de cuisine en croix ds votre panier vapeur en laissant retomber les extrémités à l'extérieur.
Disposer une belle feuille ou 2 au fond du panier
Disposer ensuite les feuilles en corolle, en les chevauchant un peu (la partie incisée de la nervure au centre et la partie large, retombe a l 'extérieur du panier)
Une fois votre coque de chou bien faite,
Disposer la farce en tassant très légèrement,pas trop, sinon , la farce va se compacter et ce sera moins agréable.
Rajouter, une feuille ou 2 sur la farce, replier bien toutes le feuilles pour refermer le chou. On peut mettre une dernière feuille sur le tout pour bien pommer le chou.
Rabattre toutes les feuilles,
Récupérer les ficelles, et les nouer 2 par 2 Le chou doit être reconstitué
Mettre le panier contenant le chou ds le bouillon bien chaud
Fermer et mettre en cuisson rapide ou sous pression
Pour 15 mnEgoutter, ôter les ficelles, découper et servirAccompagner de riz ou salade verte

www.cookeojbh.fr

Cocotte de cabillaud



www.cookeojbh.fr

www.cookeojbh.fr

www.cookeojbh.fr

Cocotte de cabillaud, au riz 3 saveurs parfumé de Sandrine

Sandrine Pellot

Ingrédients :

Pour 2/3 personnes :

- 600 gr de cabillaud coupé en gros morceaux (sans arête, sinon à vous de jouer pour les ôter)
- 2 tomates pelées, épépinées puis concassées
- 1 oignon émincé
- 1 gousse d'ail écrasé
- 3 pétales de tomates séchées coupées en lanières
- 3 lamelles de poivron rouge confit (le mien est fait-maison, mais vous pouvez le trouver en bocal tout prêt)
- 1 cuillère à soupe d'épices à paëlla
- ½ dosette de safran en filaments
- 150 gr de riz 3 saveurs
- 1 branche de thym
- 4 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 250 ml de court-bouillon de légumes au vin blanc (Maggi)
- poivre

En mode dorer, faire revenir dans 2 cuillères à soupe d'huile d'olive l'oignon, l'ail, le poivron et les tomates séchées, en remuant jusqu'à ce que l'oignon soit transparent. Ajouter les tomates concassées, le thym, les épices et le safran, poivrer (ne pas saler, le court-bouillon utilisé ensuite est très salé, mieux vaudra rectifier à la fin si besoin), mélanger, puis passer en cuisson rapide 2 minutes.

Réserver.

Remettre en mode dorer avec les 2 autres cuillères à soupe d'huile d'olive et faire colorer sur toutes leurs faces les morceaux de cabillaud.

Réserver.

Verser le riz dans la cuve, y mélanger la sauce tomate parfumée et la branche de thym, déposer le cabillaud dessus sans le mélanger, verser le court-bouillon et passer en cuisson rapide 10 minutes.

Arrêter la cuisson. Si le riz est légèrement ferme (selon qualité), ne surtout pas remettre à cuire. Fermer le couvercle et le laisser s'imprégner de vapeur.

www.cookeojbh.fr

Crème brûlée foie gras

Crème citron

cookeo www.cookeojbh.fr

Crème Citron pour tarte

Aud-rey Jam-ain

Ingrédients :

Pour 1 tarte :

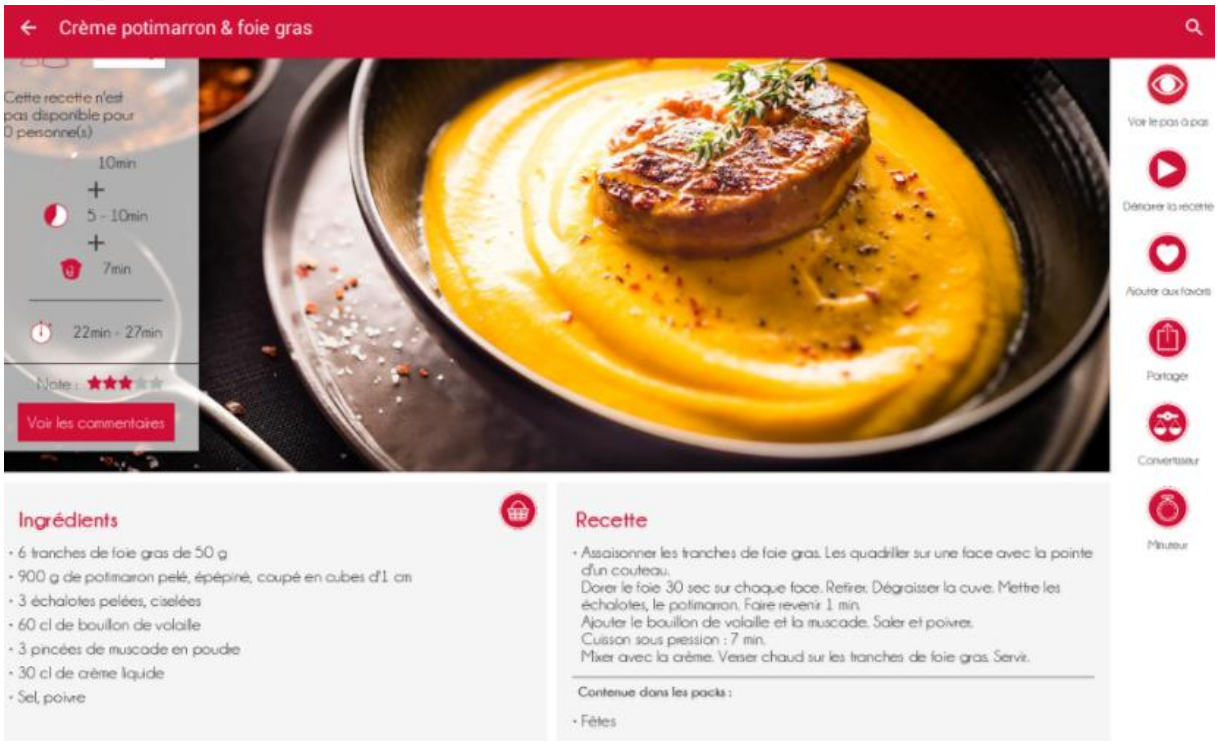
- 2 citrons de taille moyenne
- 150 g de sucre
- 3 oeufs
- 1 cuillère à soupe de Maïzena

Laver les citrons et en "zester" 2 (pour ma part qu'1 ça suffit).
Mettre les zestes très fins dans le cookeo.
Presser les citrons et mettre le jus avec les zestes dans le cookeo.Verser le sucre et la Maïzena.Remuer, et commencer à faire chauffer à feux doux dans le cookeo.
Battre les oeufs dans un saladier, incorporer tout en remuant le jus de citron, le sucre, la Maïzena et les zestes.
Mettre à feu fort et continuer à remuer à l'aide d'un fouet. Le mélange va commencer à s'épaissir. Attention de toujours remuer lorsque les oeufs sont ajoutés, car la crème de citron pourrait brûler.
Oter du feux et verser l'appareil sur le fond de tarte cuit

www.cookeojbh.fr

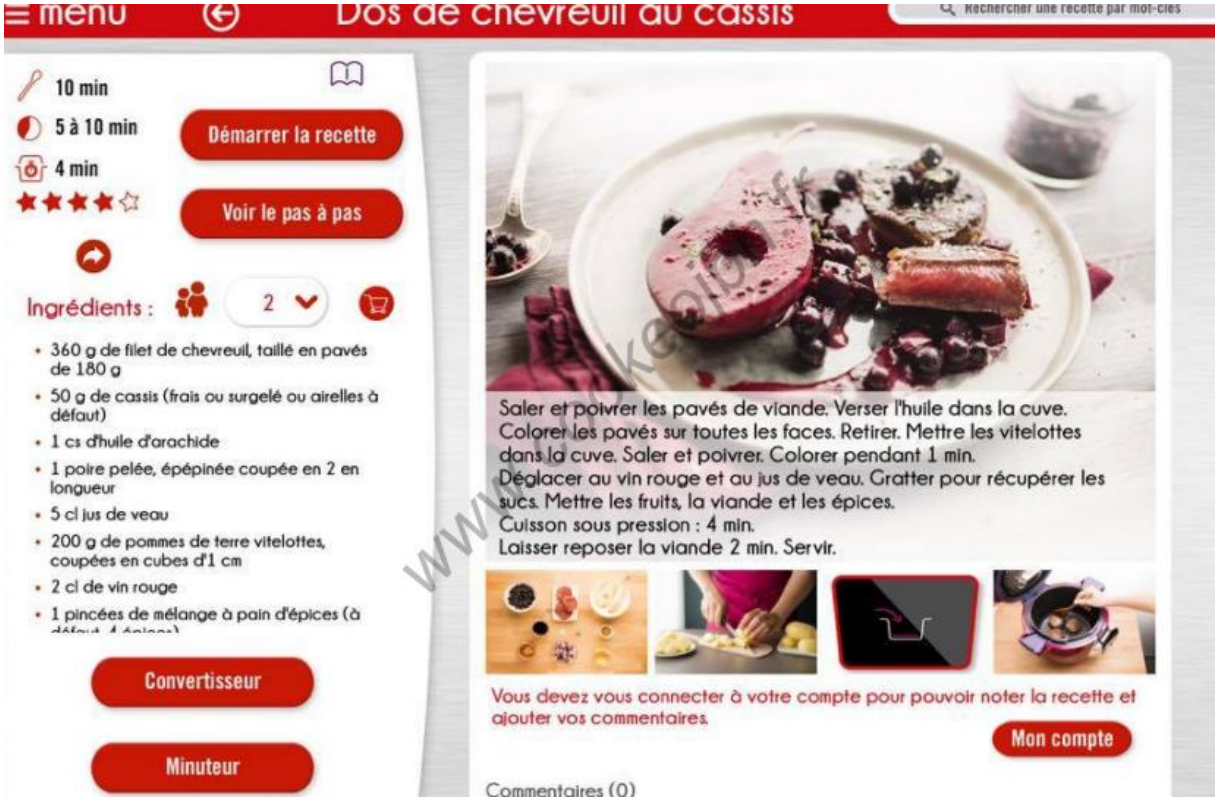
https://www.facebook.com/groups/305294616240741 www.cookeojbh.fr cookeo

Crème potimarron



Cuisses pintade chou fleur

Dos de chevreuil



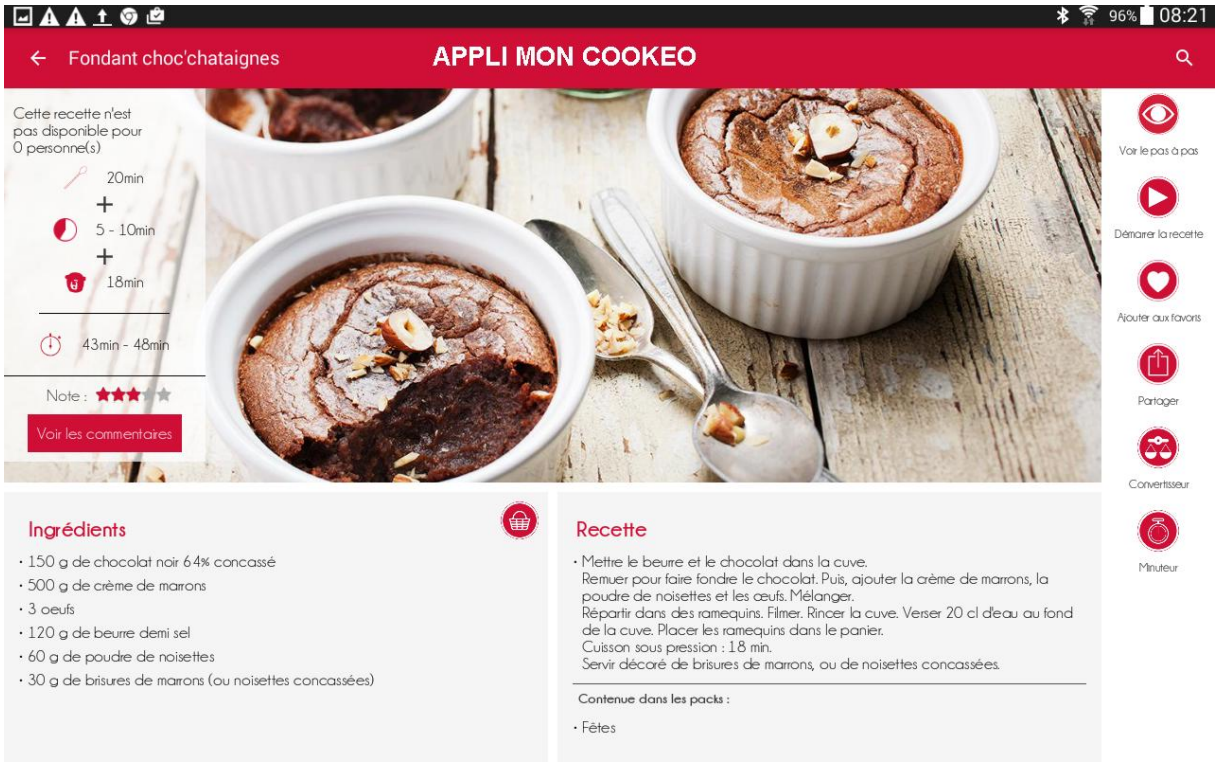
Filet de canard pommes miel

Filet mignon girolles

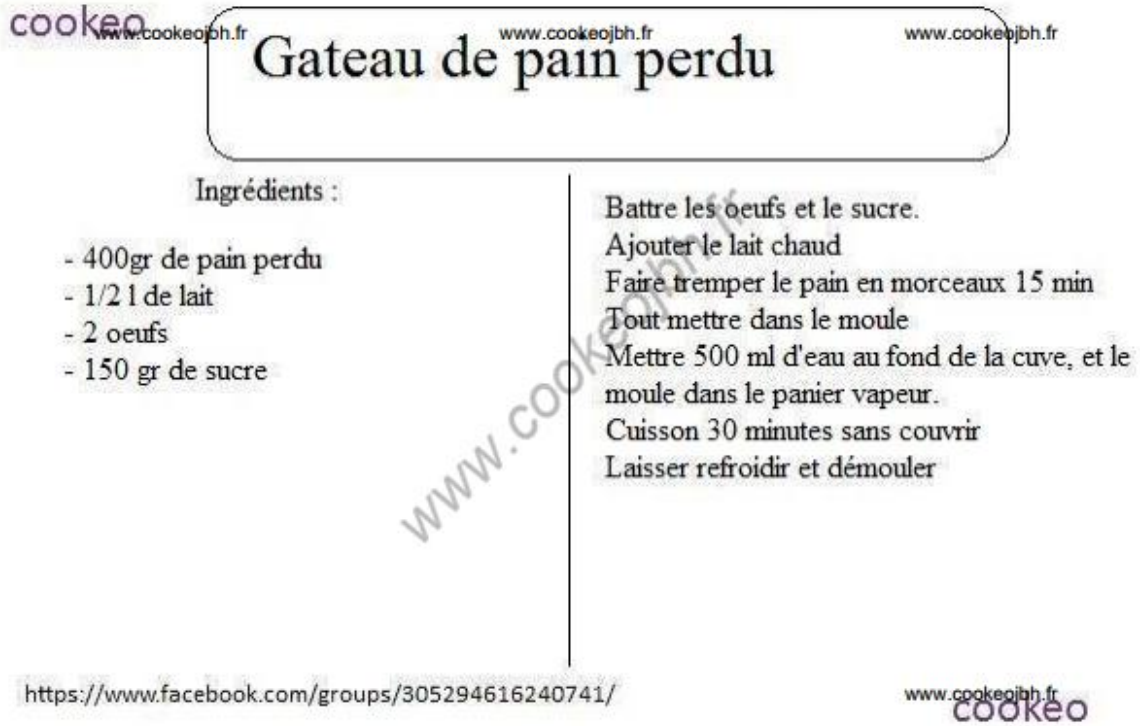
Filet mignon foie gras

Flan crabe

Fondant chocolat chataignes



Gâteau pain perdu



Gambas tomate

LE GROUPE IDEES RECETTES COOKEO

Gambas à la tomate

Cuisto Dingo

Nombre de personnes : 6
Temps de préparation : 2 min
Temps de cuisson : 2 min

Ingrédients

1,2 kg de gambas crues surgelées,
un cube bouquet garni,
une brique de 500 ml de purée de tomate,
75 g de carottes,
150 g d'oignons,
sel,
250 ml de vin blanc.

Préparation

Enlever les têtes des gambas, mettre tous les ingrédients dans la cuve, sélectionner le programme crevettes au court bouillon dans les plats enregistrés (sinon 2 min. en cuisson rapide), servir avec du riz !

Gambas aux légumes

Gambas fraîches aux légumes croquants ailles et persillés au cidre

Lilou Moultipass

Ingrédients :

Pour 3 personnes :
- 25 gambas fraîches décortiquées, sauf la queue
- 2 échalotes émincées
- 1 carotte coupée en julienne
- 1/2 courgette coupée en julienne
- 1 tomate fraîche pelée, coupée en petits dès
- le jus d'un citron vert
- 1 verre de cidre (type verre à Nutella)
- 1 cuillère à soupe d'ail haché
- 1 cuillère à soupe de persil haché
- beurre + huile d'olive, sel et poivre

En mode dorer, faire fondre un morceau de beurre avec un peu d'huile. Quand le tout est bien chaud, y mettre les gambas à saisir. Remuer sans arrêt jusqu'à ce que la queue des gambas soit rose. Les retirer alors immédiatement et les déposer sur du papier absorbant (ne surtout pas les faire cuire plus longtemps, sinon, c'est très vite trop cuit).
Ajouter un léger filet d'huile d'olive, et mettre les échalotes à dorer en remuant sans arrêt, puis la carotte et la courgette. Toujours faire dorer en remuant. Ajouter la tomate. Mouiller avec la moitié du verre de cidre. Ajouter le jus de citron, le sel et le poivre, ainsi que l'ail et le persil. Bien remuer. Verser le restant de cidre. Puis déposer les gambas sur la préparation, sans remuer. Passer en cuisson rapide 1 minute, pas une de plus.
Dès la cuisson terminée, arrêter la cuisson rapide et ouvrir immédiatement le couvercle afin que ça ne continue pas à cuire.

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

Gambas à l'armoricaine

cookeo

Gambas à l'armoricaine

Emilienne Sav-bello

Ingrédients :

Pour 2 personnes
- 12 gambas
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- persil
- 25cl de vin blanc sec
- 1 bouteille de purée de tomates
- 1 petit pot de concentré de tomate
- 3 morceaux de sucre
- cognac

Mettre en mode DORER
Mettre de l'huile de tournesol et les gambas. Quand elles sont roses, les mettre dans une poele sur la plaque chaude, mettre le cognac et les faire flamber sur la plaque en fonction. Mettre de côté.
Mettre dans le cuve du cookeo, l'oignon, l'ail et le persil, faire revenir 2 min mettre 25 cl de vin blanc.
Laisser evaporer le vin 5 min.
Ajouter le concentré de tomate et la purée de tomates, saler, poivrer.
Ajouter les gambas et le jus, remuer.
Cuisson rapide 10 min

https://www.facebook.com/groups/305294616240741

cookeo

Génoise

Moulinex cookeo

Génoise

Sandy Duvet

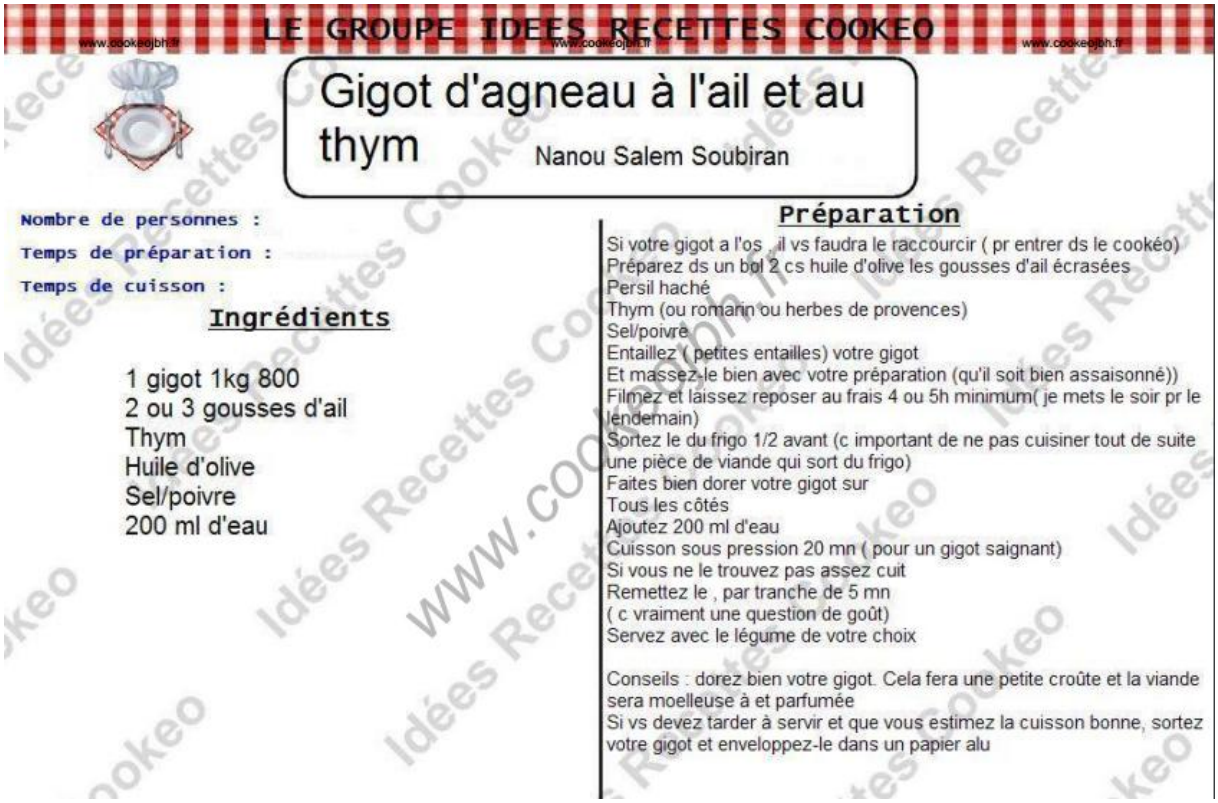
Ingrédients :

3 gros oeufs
150 g de sucre
100g de farine
50g de beurre fondu

Dans un récipient versez les oeufs et le sucre placez ce plat dans un autre rempli d'eau bouillante et montez votre génoise 2 à 3 mm au fouet la pâte doit devenir mousseuse ensuite dans cette préparation versez la farine en plusieurs et fois et mélangez a la spatule délicatement puis ajouter le beurre fondu et melangez.

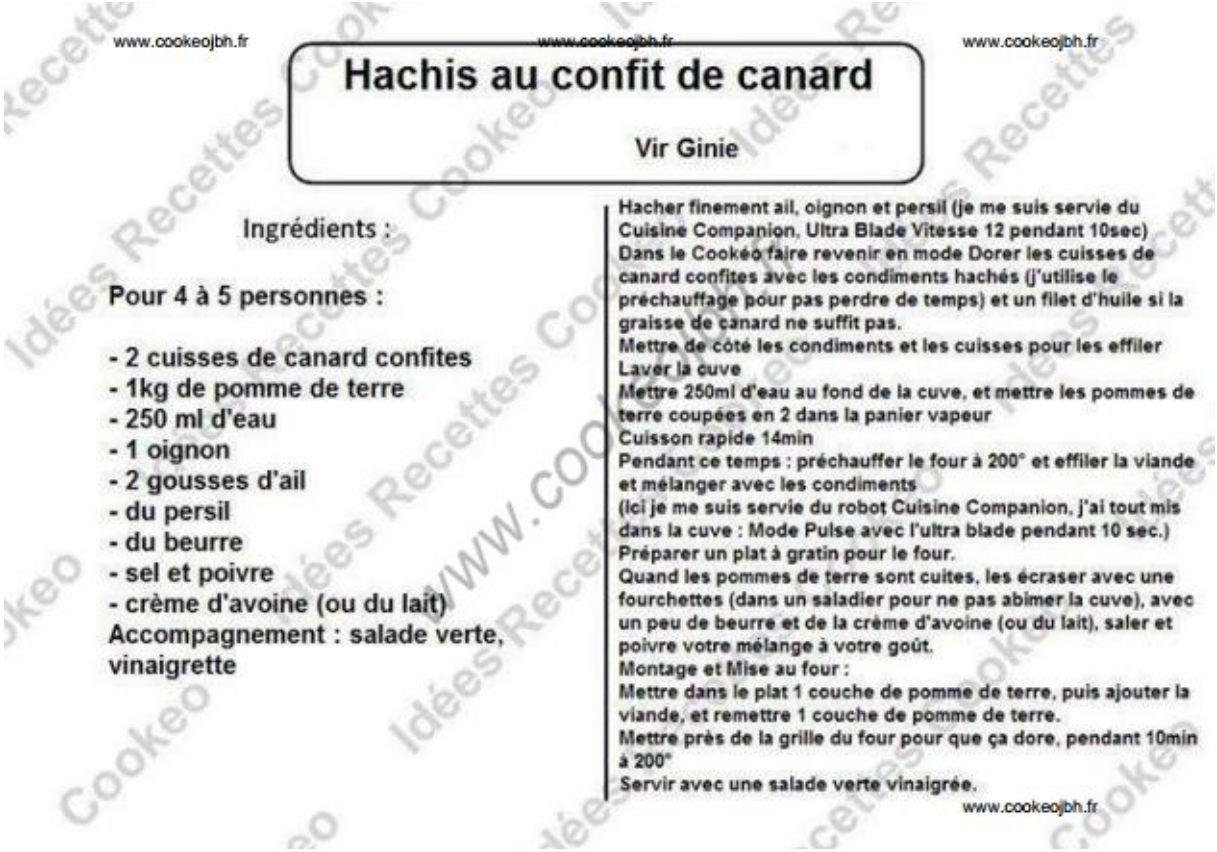
Versez la préparation dans un moule en silicone que vous poserez sur votre panier vapeur mettez dans la cuve de l'eau jusqu'en dessous du panier vapeur et mettez en cuisson rapide 30mm

Gigot d'agneau

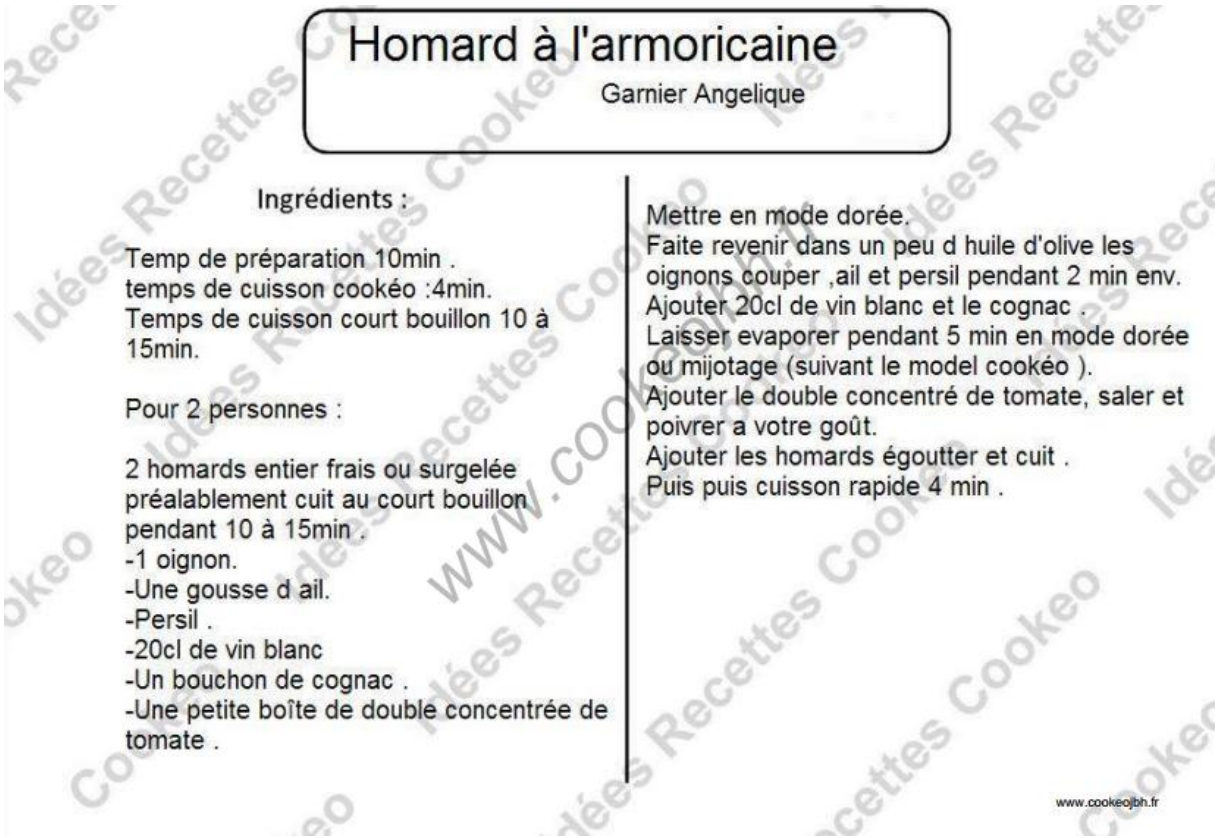


Gratin fruits de mer

Hachis de confit de canard



Homard armoricaine



Homard à l'armoricaine

Garnier Angelique

Ingrédients :

Temp de préparation 10min .
temps de cuisson cookéo :4min.
Temps de cuisson court bouillon 10 à 15min.

Pour 2 personnes :

2 homards entier frais ou surgelée préalablement cuit au court bouillon pendant 10 à 15min .
-1 oignon.
-Une gousse d ail.
-Persil .
-20cl de vin blanc
-Un bouchon de cognac .
-Une petite boîte de double concentrée de tomate .

Mettre en mode dorée.
Faite revenir dans un peu d huile d'olive les oignons couper ,ail et persil pendant 2 min env.
Ajouter 20cl de vin blanc et le cognac .
Laisser evaporer pendant 5 min en mode dorée ou mijotage (suivant le model cookéo).
Ajouter le double concentré de tomate, saler et poivrer a votre goût.
Ajouter les homards égoutter et cuit .
Puis puis cuisson rapide 4 min .

www.cookeojbh.fr

Iles flottantes

cookeo www.cookeojbh.fr

Ile flottante

www.cookeojbh.fr www.cookeojbh.fr

Marie Nowaczyk Dernoncourt

Ingrédients

pour 6 coupes

- 6 oeufs

pour la creme anglaise :

-165 gr de sucre,
- 80 cl de lait entier,
- 30 gr de fecule de mais,
- un peu d'extrait de vanille

Filmer l'interieur du panier vapeur, monter en neige 6 blancs d'oeufs (garder les jaunes pour la creme anglaise), sucrer au fur et a mesure a votre gout, une fois bien monté, les mettre dans le panier et mettre en cuisson rapide 4 mns, apres la cuisson, laissez au maintien au chaud 10 minutes, et ouvrir, laisser refroidir,
pour la creme anglaise :
melanger tout ca en demarrant a froid, des que la creme commence a epaissir ajouter et delayer rapidement les jaunes d'oeufs et laisser epaissir....voila, une fois les deux refroidis, ajouter un peu de caramel liquide

https://www.facebook.com/groups/305294616240741

www.cookeojbh.fr cookeo

Lapin vin blanc

Lapin au vin blanc accompagné de champignons

Nombre de personnes : 6
Temps de préparation :10 min
Temps de cuisson : 15 min

Ingrédients

- 1 lapin découpé;
- 1 oignon;
- farine;
- 20 cl de vin blanc;
- 10cl d'eau;
- 1 boîte de champignons;
- poivre,
- sel;
- 1 tablette bouquet garni

Préparation

Faire dorer l'oignon émincé avec le lapin, parsemer de farine, verser le liquide et remuer. saler, poivrer; mettre la tablette, les champignons.
Cuire 15 min sous pression/cuisson rapide.

WWW.COOKEO.fr

Lapin à la bière

cookeo

lapin bière/pain d'épices

Pour 3 pers.
-3 pièces de lapin
-300ml de bière brune
-20cl de creme liquide
-100g de pruneaux dénoyautés
-25g raisins secs
-100g lardons
-1 oignon, 2 feuilles de laurier
- 6 tranches de pain d'épices émietté
-huile d'oilves, sel/poivre

Faire dorer avec l'huile le lapin sur toutes ses faces. Puis le retirer de la cuve, faire dorer les lardons et les oignons.
Rajouter le lapin et tous les autres ingrédients . Passez en cuisson rapide 10 minutes.

ttps://www.facebook.com/groups/305294616240741/

cookeo

Lapin Riesling et girolles

Moulinex cookeo

Lapin au Riesling & aux girolles

Corinne Croisille

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

1 lapin
2 bottes d'oignons nouveaux
500g de girolles
150g de poitrine fumée
30cl de Riesling
20cl de crème liquide
3 cuillères à soupe d'huile
sel

Pour la marinade :
50 cl de vin blanc
1 branche de thym
1/2 c. à café de poivre noir en grains

Mettez les morceaux de lapin dans un plat creux. Arrosez-les de vin blanc, parsemez de thym, ajoutez le poivre en grain concassé et laissez mariner deux heures.

Pendant ce temps, épluchez les oignons, coupez la poitrine fumée en lardons et nettoyez les girolles dans un linge propre sans les passer sous l'eau.
Mettre le cookeo en manuel et dorer.
Faites chauffer l'huile.
Mettez-y les morceaux de lapin à dorer avec les lardons.
Mouillez avec le vin blanc, ajoutez les oignons, salez.
Mettre en mode cuisson rapide 30 minutes.
Ajoutez les girolles et la crème.
Mélangez et prolongez la cuisson pendant 15 minutes.

Lapin gibelote

cookeo

Lapin en gibelote

-Morceaux de lapin
-oignon
-champignons
-2 à 3 càs de farine
-25 cl de vin blanc
-thym/laurier/persil

Faire revenir des morceaux de lapin, un oignon et des champignons.Mettre 2 à 3 c à s de farine, quand la farine est absorbée 25 cl de vin blanc+ thym, laurier et persil ...mettre en cuisson rapide 15 mins.

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

cookeo

Lentilles foie gras

Lotte bourguignonne

Magret de canard à l'orange

Magret de canard au miel

Magrets aux asperges et poivre

Magret aux asperges et poivre

	2	4	6
Magret de canard paré	1	2	3
Cognac	3 cl	5 cl	7 cl
Bouillon de volaille	10 cl	15 cl	20 cl
Poivre vert écrasé	10 g	15 g	20 g
Crème liquide	10 cl	15 cl	20 cl
Beurre	10 g	15 g	20 g
Sauceline	1 cs	2 cs	3 cs
Asperges vertes	10	20	30
Sel			

Préparation : 10 mn Cuisson : 4 mn

Préparation :
Dégraisser un peu les magrets et les assaisonner.
Préchauffage
Colorer les magrets côté peau, puis 3 mn par face.
Retirer les magrets et le gras.
Déglacer au Coganc et remuer.
Arrêter de dorer.
Ajouter le reste sauf les asperges.
Retirer la sauce, réserver au chaud.
Ajouter asperges, magrets et 10 cl d'eau.
Cuisson
Servir le magret tranché avec les asperges et napper de sauce.

Magrets de canard aux pêches

Moulinex cookeo

Magrets de canard aux pêches et sa sauce caramel

Corinne Croisille

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

2 magrets de canard
4 pêches
200g de sucre
20g de beurre
2 càs de mélange malin volaille
20cl de jus d'orange
sel et poivre

Mettre le cookéo en manuel et dorer.
Faites fondre le sucre à sec.

Lorsqu'il atteint une couleur dorée, ajoutez le beurre et le jus d'orange et le mélange malin.

Coupez les magrets en lanières.
Mettre les magrets à dorer.
Mélangez.

Epluchez les pêches et coupez les en morceaux.

Mettez-les également à dorer, salez et poivrez.
C'est prêt.

© https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Magret de canard pommes poires

Magret de canard aux pommes de terre et poires

proposée par Stephanie Arbaud

Ingrédients

700g de pommes de terre coupés en petit dés
gingembre haché
persil
epices
500ml de bouillon cube or
4 poires

Fais revenir les magrets coupés en morceaux en mode dorer 4 minutes puis je l'ais ais enlevés et fais revenir 700 g de pommes de terre coupés en ptit dés j'ai ajouté gingembre haché,persil,épices et 500 ml de bouillon cube or,4 poires au sirop couper en dé puis ajouté les magrets et mis en mode cuisson rapide et au bout de 10 minutes un régal!!!!!!!

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Magret de canard caramel

www.cookeojbh.fr www.cookeojbh.fr www.cookeojbh.fr SF

MAGRETS DE CANARD SAUCE CARAMEL POMMES ET POMMES DE TERRE

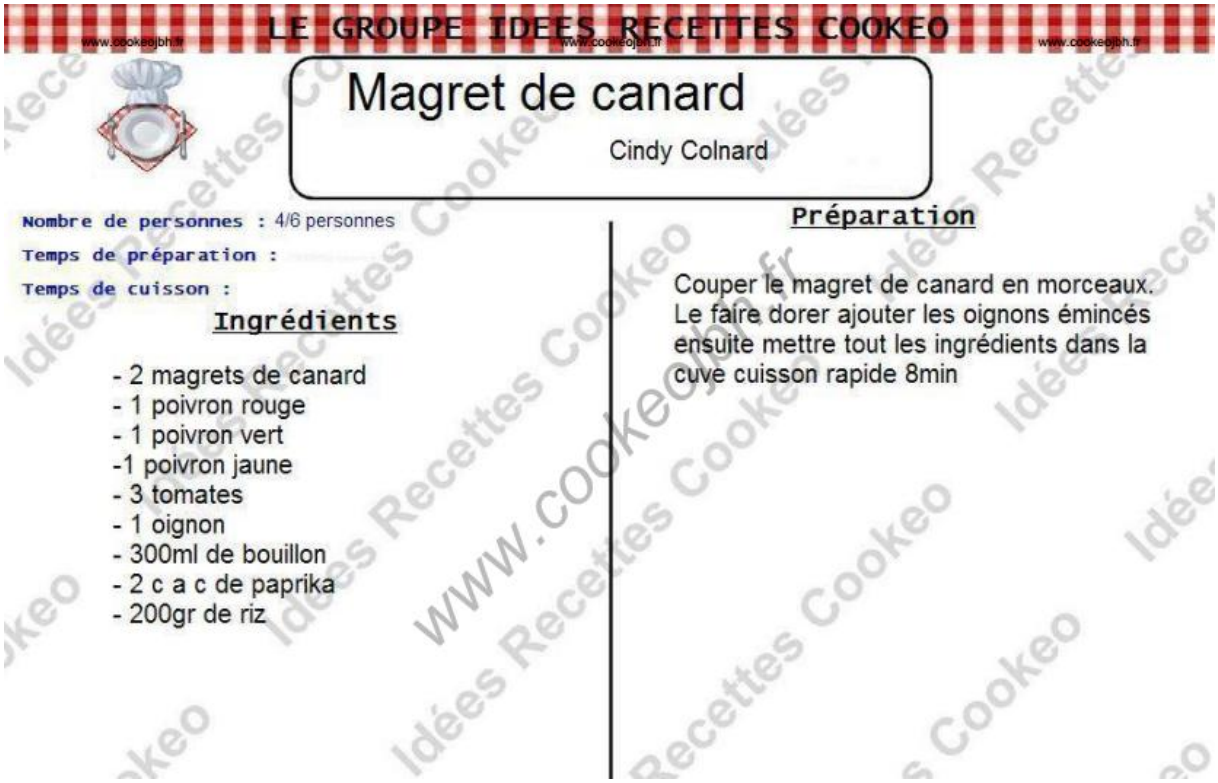
Delphine Crestey

Ingrédients :

-2 gros magrets
-4 cuillières à s de vinaigre balsamique
-3 cuillières à s de sucre en poudre
-sel,poivre

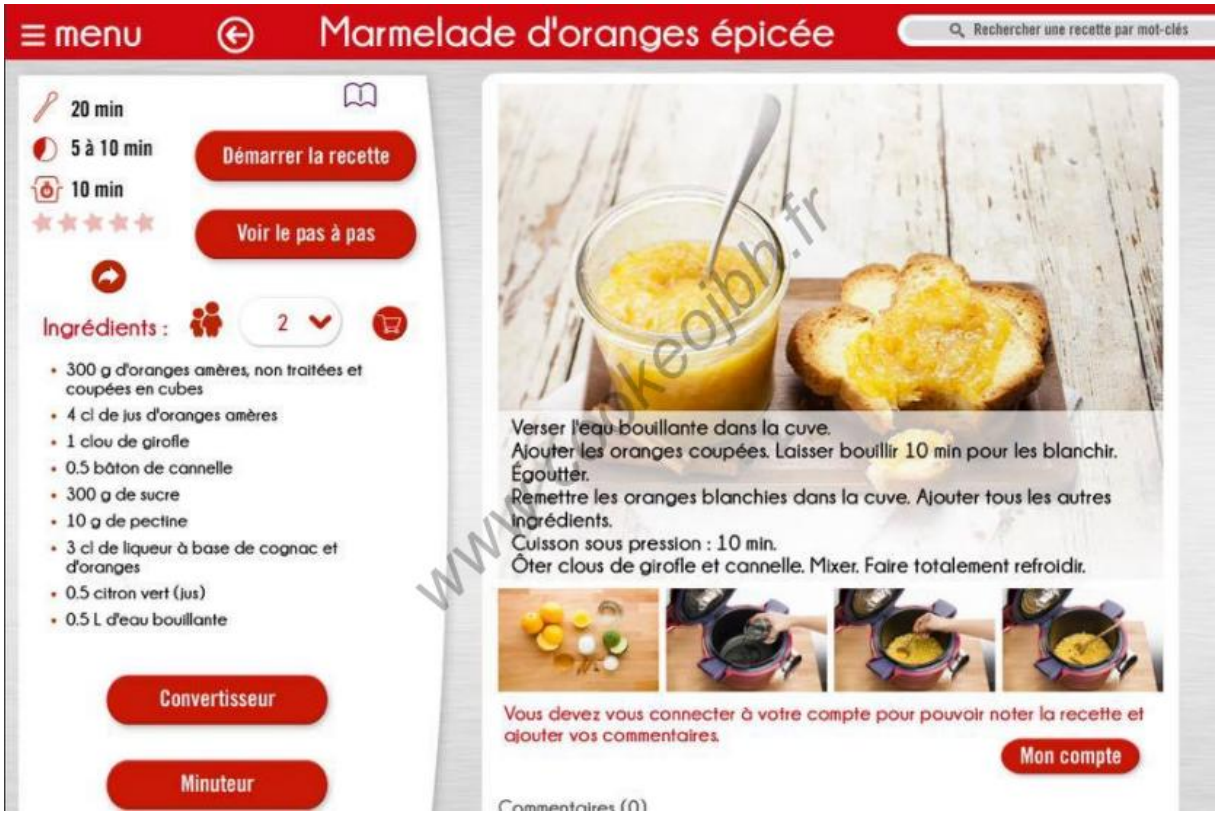
Entailler la peau des magrets, coté peau en forme de croisillons.
Les faire griller sans graisse dans la cuve du cookéo en mode doré 7mins cotés peau,puis 3mins coté chair(vider la graisse rendue,au moment de les retourner).
Les réserver au four, juste le temps de préparer la sauce caramel.
Vider à nouveau la cuve de la graisse sans éssuyer ,(j'en laisse un peu). verser le vinaigre.
Ajouter le sucre et faire caraméliser en remuant sans cesse.
Attention pas longtemps du tout sinon c'est plus de la sauce mais du caramel dur
Découper les magrets en tranches .
Auparavant mettre à cuire les pommes de terre en robe de champs et les couper en lamelles .
Couper aussi bien avant de préparer tous les pommes en cubes, et faire revenir après avoir fait la sauce caramel dans la cuve
Une fois les pommes cuitent, faire revenir les pomme de terre avec un peu de graisse de magrets 5miins à peu près
Mettre en petits tas dans une jolie assiette avec la sauce caramel

Magret de canard



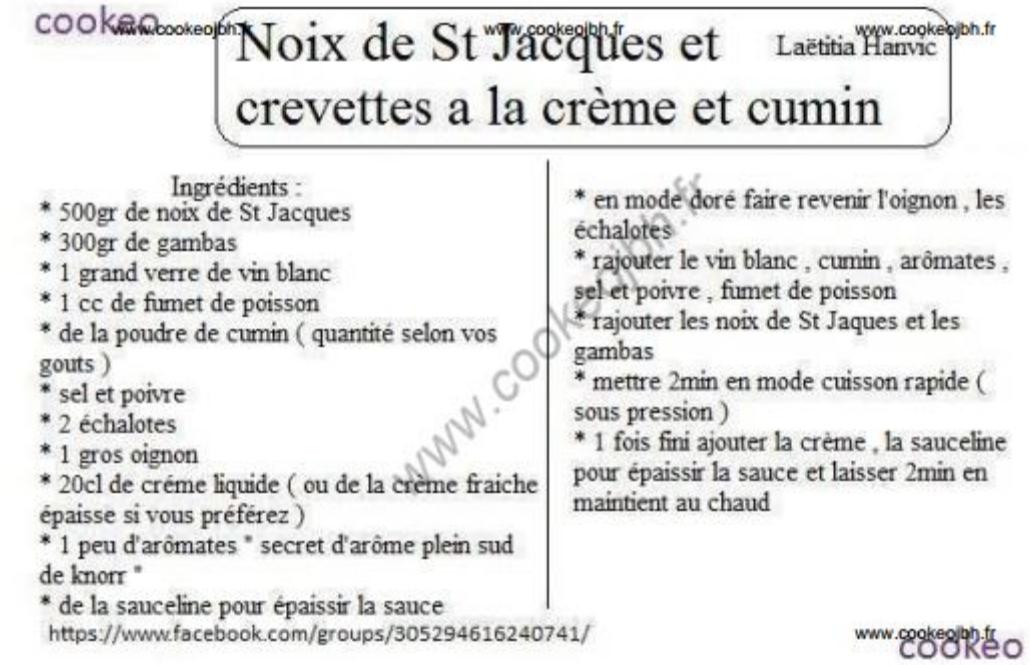
Magret canard mirabelles

Marmelade orange

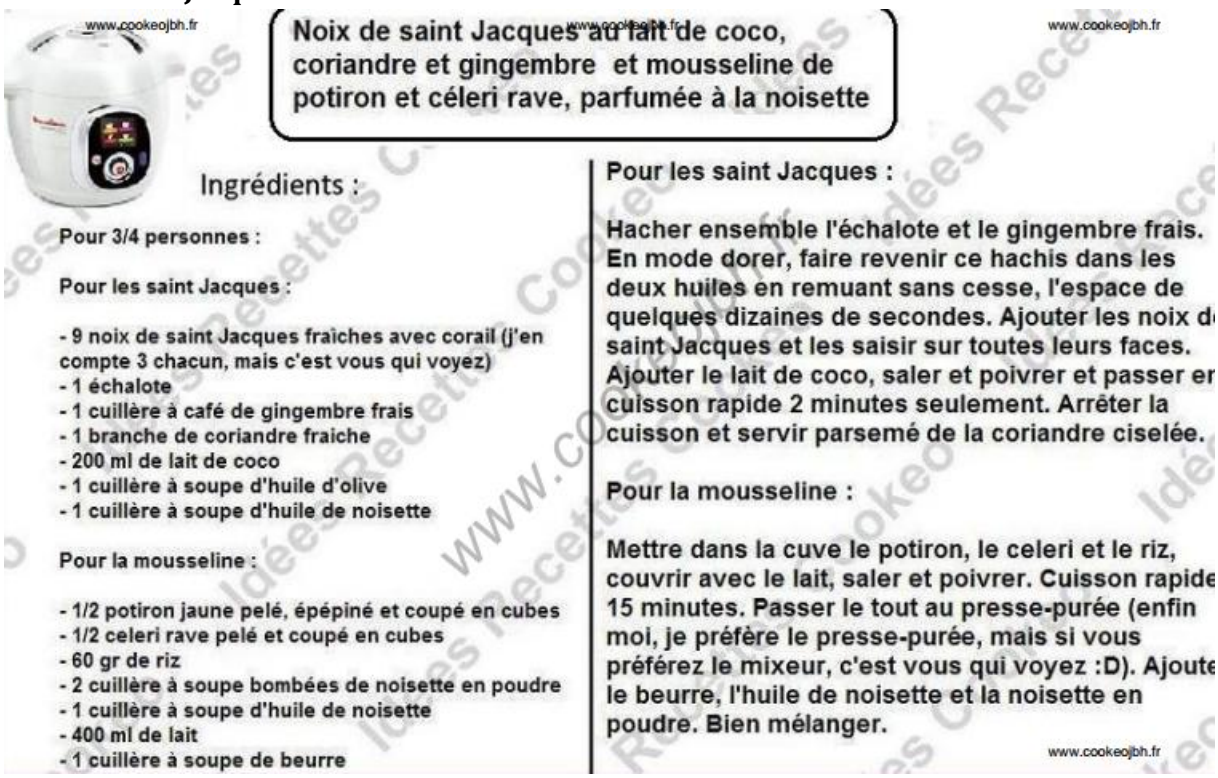


Moelleux aux pommes

Noix de Saint Jacques crevettes



Noix de Saint Jacques coco



Œufs cocotte camembert

Œufs cocotte crème camembert

Perrine Etnathan

Ingrédients :

Pour 2 personnes :

- Crème camembert président ou morceaux de camembert sans peau.
- Dés de jambon
- 2 œufs

Remplir le fond des cassolettes de crème environ 3 cac (ou un bon morceau de camembert sans la peau) .
Par dessus une couche de dés de jambon
Casser l'œuf dessus saler à peine et poivrer.
Remplir la cuve de 240 ml d'eau
Mettre les cassolettes dans le panier vapeur
3 minutes cuisson rapide.

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

Œufs poussins

LE GROUPE IDEES RECETTES COOKEO

oeufs poussins

Fabienne Garcia Mercier

Nombre de personnes :
Temps de préparation :
Temps de cuisson : 5 min de l'eau jusqu'au dessus des oeufs

Ingrédients

- Oeufs
- Thon
- Mayonnaise
- grains de poivre
- carotte

Préparation

Cuire dans le panier les oeufs durs (en cuire plus) , couper le haut de l'oeuf , le vider et écraser le jaune et les autres oeufs durs supplémentaires , ajouter du thon et mayonnaise ,
Rajouter de la mayonnaise un peu au dessus , la déco , c'est 2 grains de poivre ou 2 clous de girofle et un petit morceaux de carottes

Œuf saumon

Oeuf cocotte au saumon fumé

Enza Brigitte Ludo

Ingrédients :

Pour 3 ramequins :
- 3 cuillère à soupe de creme fraîche
- 40gr de conté râper
- poivre
- Persil
- ail
- un peu de pomme de terre
- Saumon en dès
- 3 oeufs
- persil
- 300ml d eau

Mélanger la crème fraiche avec du conté râper, poivrer. Ajouter le Persil et l'ail
Bien melanger le tout
Mettre au fond des 3 ramequins ensuite mettre un peu de pomme de terre en petit dès déjà cuite, du Saumon en dès, poser un oeuf dessus décorer avec un peu de persil
3 mn en cuisson rapide dans le panier vapeur avec 300ml d eau dans la cuve surtout pas plus.

www.cookeojbh.fr
https://www.facebook.com/groups/305294616240741/
cookéo

Pain de thon

Pain de Thon

Sophie Pepette

Ingrédients :

- 2 petites boites de Thon
- 5 œufs
- 5 c à s de crème (fraiche liquide ou épaisse, peu importe)
- 200g de gruyère râpé
- 2 c à c de concentré de tomate.
- Sel
- poivre
- persil
- piments

Bien mélanger le tout et le mettre dans le moule (petite casserole sans manche recouverte d'un film étirable)
25 minutes en cuisson rapide avec 200 ml d'eau dans la cuve.
Laisser reposer ¼ d'heure après cuisson, couvercle du cookéo ouvert.

A deguster froid avec mayo ou coulis de tomate.

www.cookeojbh.fr
https://www.facebook.com/groups/305294616240741
cookéo

Pain aux 3 viandes

LE GROUPE IDEES RECETTES COOKEO

Pain aux 3 viandes
(Origine: Canada)
Nanou Salem Soubiran

Nombre de personnes :
Temps de préparation :
Temps de cuisson : 20 mn sous pression

Ingrédients

800 a 900 g de viande hachée(boeuf, veau, porc) .Pour 2 terrines ou 1 grand plat.
2 gousses d'ail pressées (au presse ail ou râpées)
1 oignon râpé
1 carotte râpée
2 tranches fines de pain émiettées en chapelure
125 ml de lait
1 oeuf
2 CS moutarde forte
2 CS ketchup
2 CS de sauce worcestershire
Sel
poivre

Préparation

Battre à la fourchette : l'oeuf, moutarde, ketchup, sauce worcestershire
Ajouter sel, poivre
Incorporer le lait
Verser la préparation sur le pain émietté

Ds un bol mettre l'oignon râpé, la carotte râpée, l'ail écrasé

Mélanger délicatement , la viande hachée, les légumes hachés, la préparation à base d'oeuf et de lait
Ne pas trop travailler la préparation
Elle doit rester aérée

Remplir votre terrine en tassant bien
Filmer
Mettre dans le panier vapeur
200 ml d'eau
20 mn en cuisson sous pression

Démouler la terrine
Je la passe au four 10 mn pr l'aspect

www.cookeojbh.fr

Papillote ananas mandarine

menu
Papillotes ananas mandarine
Rechercher une recette par mot-clés

15 min
5 à 10 min
12 min
Démarrer la recette
Voir le pas à pas

Ingrédients : 2

- 150 g de cubes d'ananas frais (taille des quartiers de mandarines)
- 1 mandarine pelée et défaite en quartiers
- 1 cs de sucre cassonade
- 1 cc de pralin
- 1/2 cc d'huile de noisette
- 1 cs d'eau
- 2 carrés de papier sulfurisé de 30 cm de côté
- Ficelle de cuisine

Convertisseur
Minuteur

Placer l'ananas au centre d'un carré de papier. Ajouter la moitié du sucre et le pralin. Fermer en aumônière avec un peu de ficelle.
Chauffer l'huile de noisette. Ajouter le reste de sucre et poêler les quartiers de mandarine. Ajouter l'eau. Débarrasser.
Verser 20 cl d'eau dans la cuve. Placer le panier garni des aumônières.
Cuisson sous pression : 12 min.
Ouvrir les papillotes, répartir les mandarines. Servir accompagné de brioche ou de glace.

Vous devez vous connecter à votre compte pour pouvoir noter la recette et ajouter vos commentaires.
Mon compte

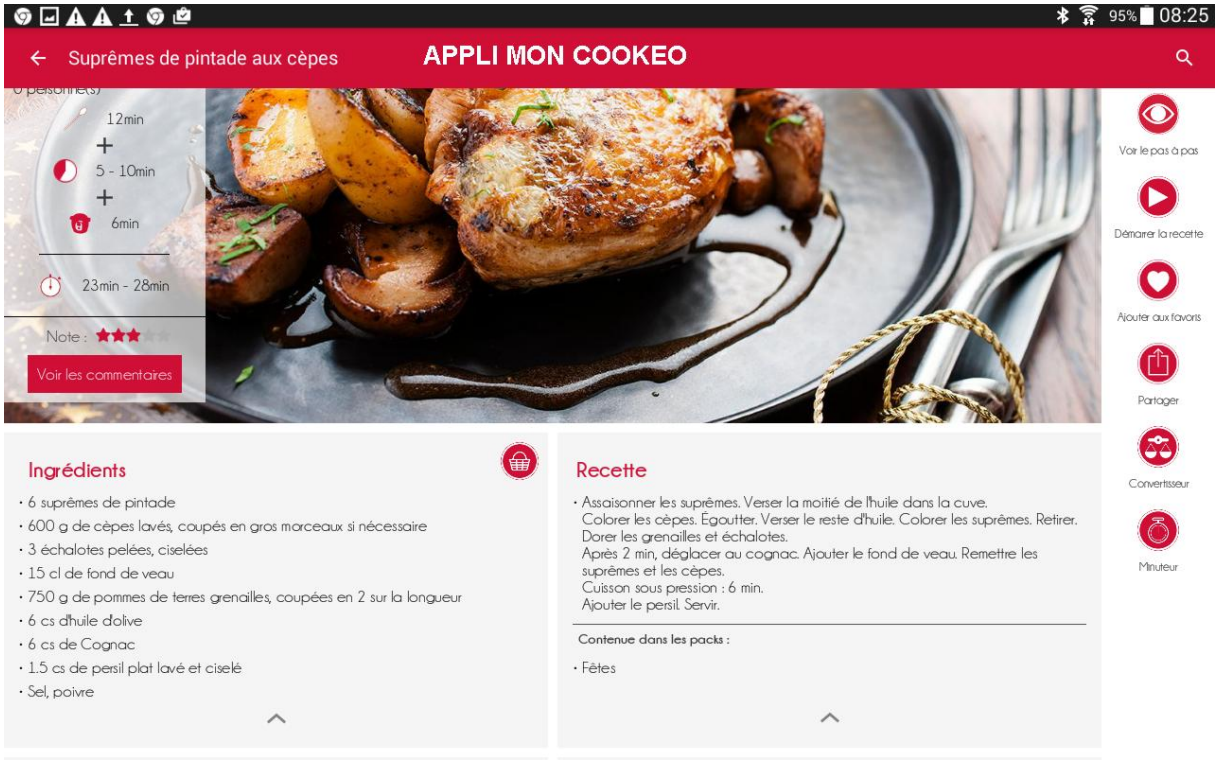
Commentaires (0)

www.cookeojbh.fr

Pâté

Paupiettes foie gras

Pintade aux cèpes



Poires Belle Hélène

Poire Belle Héléne 1

Poires belle-Hélène

	2	4	6
Poires conférence mûres	2	4	6
Eau	10 cl	15 cl	20 cl
Sucre	30 g	45 g	60 g
Gousse de vanille grattée	1/2	1	1.5
Chocolat 50 %	100 g	150 g	200 g
Beuure demi-sel	5 g	10 g	15 g
Crème fraiche épaisse	20 g	30 g	40 g
Glace à la vanille et Chantilly			

Préparation : 10 mn Cuisson : 7 mn

Préparation :
Placer les poires, l'eau, les graines de vanille et le sucre dans la cuve.
Cuisson
Sortir les poires.
Couvrir le chocolatdu sirop obtenu.
Fouetter et servir !

Poire Belle Héléne 2

cookeo

Poires Belle Helene revisitees

Emilie Henry

Ingrédients

Pour 2 personnes

- 2 poires
- sucre
- cannelle
- glace vanille
- chocolat chaud
- caramel coulant

En mode DORER : faire revenir les poires coupées en morceaux avec 1 verre d'eau, un peu de sucre et une c à c de canelle.
Laisser dorer jusqu'à ce que la sauce réduise et que les poires se caramélisent légèrement.
Servir dans une assiette les poures encore chaudes avec une boule de glace vanille, napper de chocolat chaud.
Verser le restant du jus de cuisson sur les poires.
Ajouter de la chantilly et une pointe de caramel.

https://www.facebook.com/groups/305294616240741

cookeo

Poires au vin et aux épices

Poires au vin et aux épices

proposée par cusinesab

Ingrédients

pour 4 personnes

4 poires

400ml de vin

100ml d'hypocras

100g de sucre en poudre

1 baton de canelle

4 anis étoilé

éplucher les poires en laissant la queue de la poire

en mode manuel fonction dorer :

mettre le vin, l'hypocrass et les épices dans le bol du cookéo ajouter les poires

faire cuire 10 minutes au cookéo

au bout des 10 minutes retourner les poires et mettre maintien au chaud pendant 10 minutes pour que les poires prennent bien la couleur

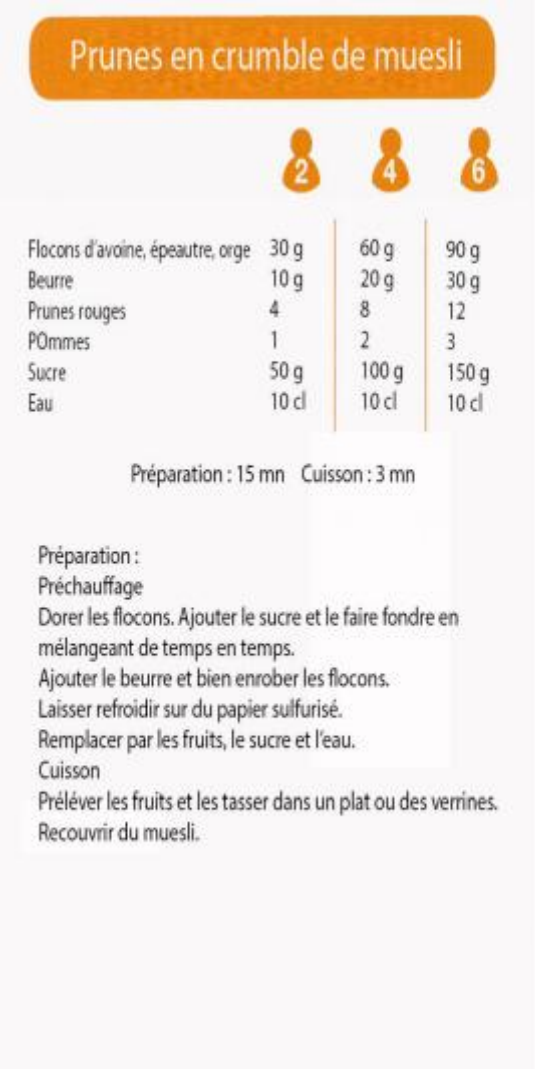
servez les poires tièdes ou froides comme vous préférez

résultat : des poires fondantes et bien épicées

le jus non consommé peut être conservé et bu plus tard comme un vin chaud

©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Prunes en crumble de muesli



Pudding rose et framboises

Pudding rose et framboises

	2	4	6
Biscuits roses de Reims	8	16	24
Oeuf	1	2	3
LAit entier	27 cl	55 cl	85 cl
Sirop de rose (ou de grenadine)	40 g	80 g	120 g
Framboises	80 g	150 g	250 g
Framboises, pour décorer	45 g	100 g	125 g
Sucre glace, pour décorer			
Moule de charlotte chemisé de papier cuissin			

2P Préparation : 15 mn Cuisson : 20 mn
4P Préparation : 15 mn Cuisson : 35 mn
6P Préparation : 15 mn Cuisson : 40 mn

Préparation :
Mélanger oeuf, sirop, lait.
Y ramolir les biscuits
Verser dans le moule avec les framboises.
Filmer le moule et placer le dans le panier vapeur.
Verser 40 cl d'eau dans la cuve puis y placer le panier vapeu
Cuisson
Après la cuisson
Garder au froid 8 h. Passer un couteau autour.
Démouler
Décorer
Servir !

Queue de langouste

Queue de lotte au whisky

Râgout mouton

Ravioles de cèpes

Moulinex cookeo

Ravioles de cèpes

Cécilia Nitop

et son bouillon de légumes d'hiver

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!

www.cookeojoy.fr

Risotto boudins blancs et champignons

cookeo

Risotto boudins blancs et champignons forestiers

La-Minette A -Beuz

Ingrédients :

Pour 2 personnes
- 3 boudins blancs
- 125g de riz arborio
- 325 ml d'eau avec Kub or
- 1/2 verre de vin blanc
- 100 g de mélange champignons forestiers
- oignons
- persil
- parmesan
- 1 filet de crème
- sel, poivre

Enlever la peau des boudins, couper en petit morceaux
Faire dorer avec un filet d'huile d'olive, l'oignon et le boudin pendant 3 min avec les champignons surgelés+persil, sel et poivre
Ajouter le riz, laisser dorer 3 min puis incorporez le bouillon et le vin.
Cuisson rapide 15 min, ensuite ajouter le parmesan, mélanger 2 min puis un peu de crème.

https://www.facebook.com/groups/305294616240741

cookeo

Risotto escargots

cookeo

Rissoto d'escargots

Kmi Mli

Ingrédients :

Pour 4 personnes
300g de riz blanc normal
1 boite d'escargots (j'ai pris une boite de 60 non congelés) du parmesan
1 bouillon maggi
ail et fines herbes
30 g de beurre
15 cl de vin blanc
75 cl d'eau
200 cl de crème liquide

En mode manuel Mode "dorer": faire revenir le riz dans le beurre jusqu'à ce qu'il devienne transparent (environ 3/4 min) En mode "cuisson rapide": rajouter l'eau dans le riz et laisser cuire 4 min. Pendant ce temps, dans un poêle à part: Faire revenir, à feux doux, les escargots dans du beurre et y ajouter le bouillon ail et fines herbes (à convenance, rajoutez de l'ail et du persil). Si ça commence à coller dans la poêle, rajouter un tout petit peu de vin blanc. Ensuite dans le cookéo, ajoutez les escargots dans le riz avec le vin blanc, la crème liquide et remettre en cuisson rapide 4 min. Le seul problème que j'ai rencontré c'est le préchauffage aprés avoir réouvert le cookéo pour y mettre les escargots: en préchauffage il rechauffe le contenu de la cuve et risque de mettre un message d'erreur: manque de liquide. Le hic, c'est qu'on ne peut pas enlever la cuve pendant le préchauffage! Mais rien n'était collé, le riz super bien cuit et les escargots aussi!! Un régal... avec le parmesan dans l'assiette

© **https://www.facebook.com/Cookeo.recettes**

Risotto aux cèpes

cookeo www.cookeojbh.fr

Risotto aux cèpes et au jambon de parme

www.cookeojbh.fr www.cookeojbh.fr

Mathieu Moura

Ingrédients :

Pour 4 personnes :
- 220g riz italien "arborio"
- 50g de cèpes en lamelles déshydratés
- 5 à 8 tranches de jambon de Parme
- 1 oignon haché
- 1 gousse d'ail
- 5 feuilles de sauge (ou en concassées)
- 1 tablette bouillon de légumes
- 150 ml de vin blanc
- 500ml d'eau bouillante
- 40g de beurre
- 40g de parmesan râpé
- sel/poivre

Faire bouillir un ½ litre d'eau. Dans un récipient en verre, verser l'eau bouillante puis la boîte de cèpes déshydratés. Laisser les cèpes mariner dans l'eau durant 20 minutes environ.
Récupérer le jus avec une passoire et réserver les cèpes.
Remettre le jus dans la casserole, rajouter le bouillon de légumes et porter à ébullition.
En mode DORER. Mettre le beurre, puis faire revenir l'oignon haché durant une minute. Rajouter le jambon de parme en morceaux grossièrement découpés. Rajouter les feuilles de sauge
Après deux min, rajouter les cèpes, et incorporez la gousse d'ail pressée. Après une min, déglacer avec le vin blanc.
Rajouter dans le cookéo le bouillon (jus cèpes + cube légume). E enfin rajouter le riz. Légèrement saler, poivrer.
Bien remuer le tout, et lancer la cuisson en mode cuisson rapide 18 minutes.
Une fois la cuisson terminée, il ne reste plus qu'à préparer les assiettes et à saupoudrer de parmesan.

www.cookeojbh.fr

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

www.cookeojbh.fr cookeo

Risotto escargots

Moulinex cookeo

Rissoto d'escargots

Kmi Mli

Ingrédients :

Pour 4 personnes
300g de riz blanc normal
1 boite d'escargots (j'ai pris une boite de 60 non congelés) du parmesan
1 bouillon maggi
ail et fines herbes
30 g de beurre
15 cl de vin blanc
75 cl d'eau
200 cl de crème liquide

En mode manuel Mode "dorer": faire revenir le riz dans le beurre jusqu'à ce qu'il devienne transparent (environ 3/4 min) En mode "cuisson rapide": rajouter l'eau dans le riz et laisser cuire 4 min. Pendant ce temps, dans un poêle à part: Faire revenir, à feux doux, les escargots dans du beurre et y ajouter le bouillon ail et fines herbes (à convenance, rajoutez de l'ail et du persil). Si ça commence à coller dans la poêle, rajouter un tout petit peu de vin blanc. Ensuite dans le cookéo, ajoutez les escargots dans le riz avec le vin blanc, la crème liquide et remettre en cuisson rapide 4 min. Le seul problème que j'ai rencontré c'est le préchauffage aprés avoir réouvert le cookéo pour y mettre les escargots: en préchauffage il rechauffe le contenu de la cuve et risque de mettre un message d'erreur: manque de liquide. Le hic, c'est qu'on ne peut pas enlever la cuve pendant le préchauffage! Mais rien n'était collé, le riz super bien cuit et les escargots aussi!! Un régal... avec le parmesan dans l'assiette

www.cookeojbh.fr

Risotto Saint Jacques

cookeo

Risotto noix de st jacques poireaux curry

Marlène Derache Ex Andriès-Defrance

Ingrédients :

Pour 2 personnes:

- margarine
- 1 poireau(ou + selon les goûts),
- 1 oignon,
- noix de st jacques
- curry
- 250 g de riz arborio
- 50cl d'eau
- 5 càc de fumet de poisson,
- 2à 3 bonnes cà s de crème fraîche épaisse et allégée

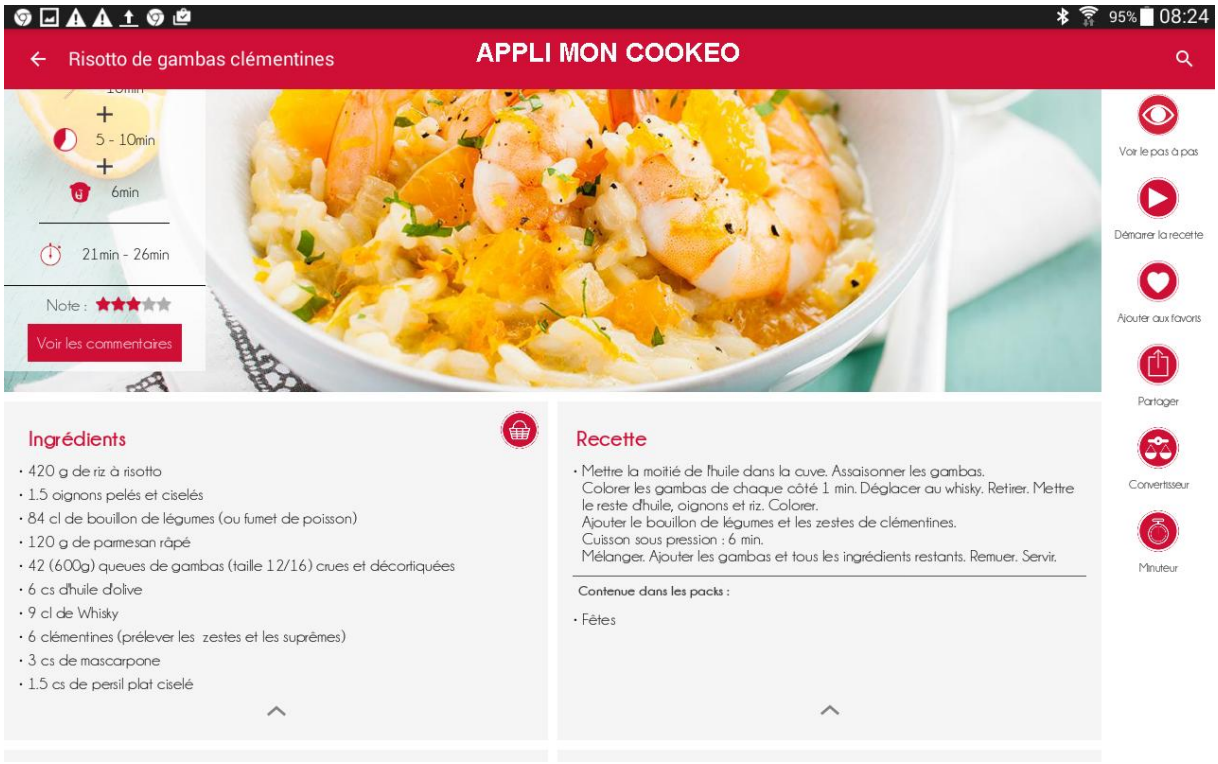
Faire dorer avec un peu de margarine, le poireau, l'oignon, puis les noix de st jacques avec le curry quand c'est doré mettre 250 g de ri arborio jusqu'à ce qu'il soit translucide, puis 50cl d'eau avec le fumet de poisson, mettre en cuisso rapide 10 minutes puis à la fin de la cuisson ajouter 2à 3 bonnes cà s de crème fraîche épaisse et allégée, bien mélanger et servir

cookeo

www.cookeojbh.fr

https://www.facebook.com/groups/305294616240741

Risotto gambas clémentines



Rôti de sanglier à l'hypocras

Rôti de sanglier à l'hypocras

proposée par cuisinesab

Ingrédients

pour 4 personnes :
1 rôti de sanglier de 400g environ
200ml de jus de veau
1 oignon
100 ml d'hypocras
sel poivre
épices à colombo
1 cuillère à soupe de fécule de maïs
sauceline

Mettre le cookéo en mode manuel >dorer
faire revenir la viande (cookéo ouvert) et l'oignon
saler et poivrer mettre l'épice
ajouter l'hypocras *** et cuire (toujours ouvert) 2 mn ajouter le fond de veau fermer le cookéo et faire cuire en cuisson rapide 20 minutes à la fin ouvrir le cookéo ajouter le fécule de maïs pour finir la sauce assaisonner si besoin.

***Cuisinesab : j'achete l'hypocras tout prêt et celui au vin blanc l'avantage c'est qu'il se conserve un an au frigo mais j'en ai déjà fait et voici la recette Ingrédients :
- 1 bouteille de vin rouge (au choix) ou blanc- 100 g de miel- 30 g de cannelle en bâtons- 60 g de gingembre frais- 10 clous de girofle- 10 gousses de cardamome
Verser le vin et le miel dans un récipient. Broyer les épices et les mettre dans une toile que l'on noue Mettre la toile contenant les épices dans le breuvage et recouvrir.
Laisser macérer au moins pendant 4 heures.
Retirer la toile contenant les épices (filtrer avant consommation).

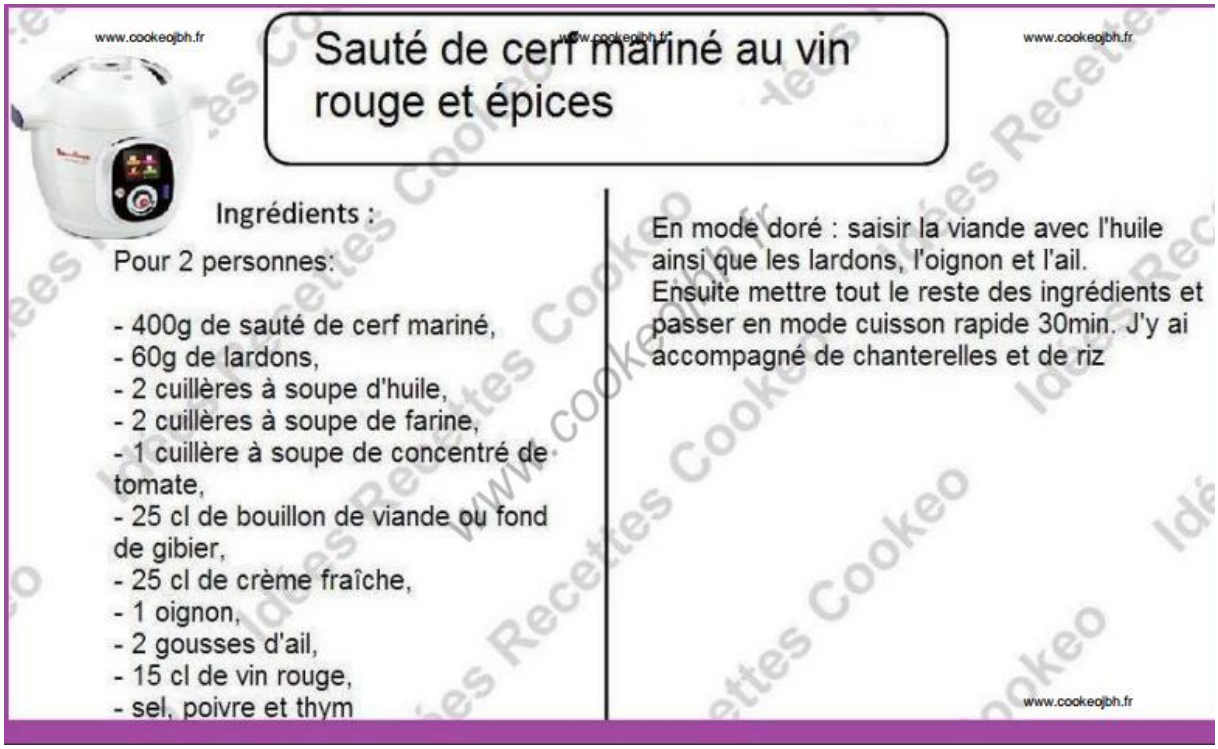
©https://www.facebook.com/Cookeo.recettes

Saint Jacques et fondu de poireaux

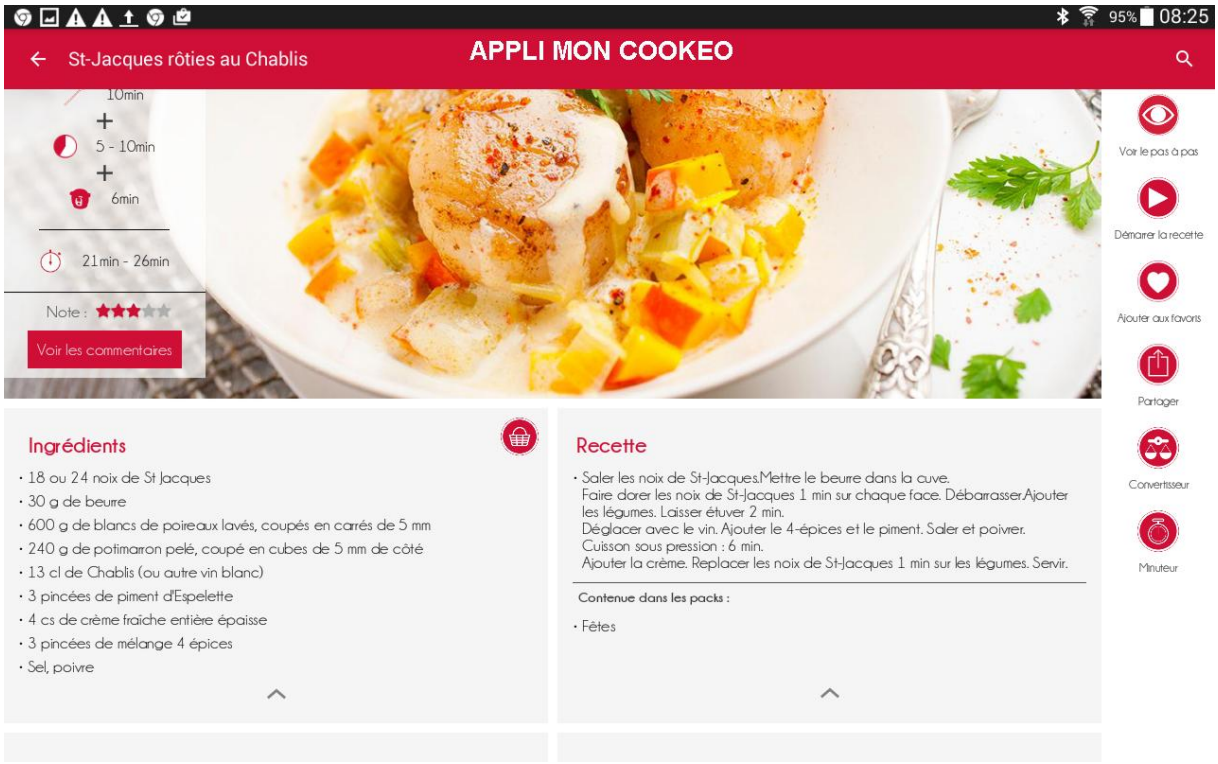
Saumon homard

Saumonette

Sauté de cerf

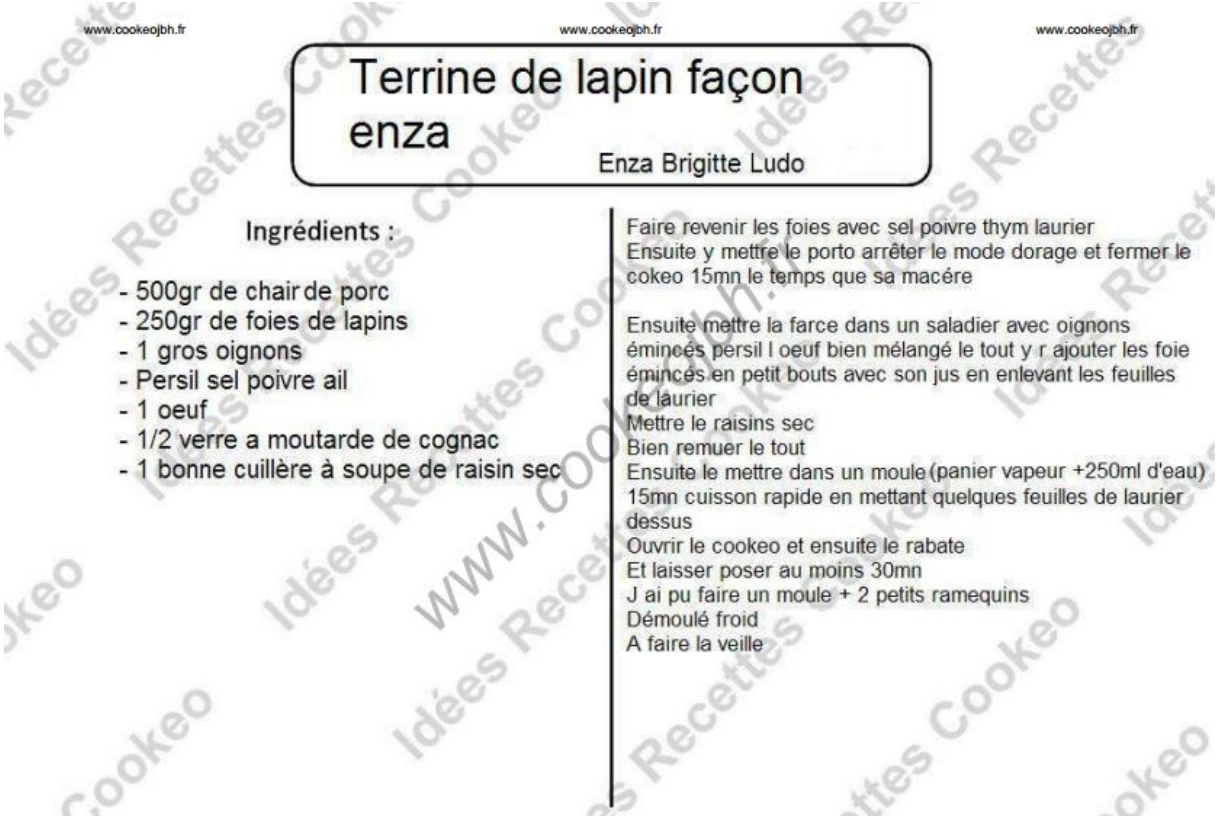


Saint Jacques chablis



Soupe à l'oignon

Terrine lapin



www.cookeojbh.fr www.cookeojbh.fr www.cookeojbh.fr

Terrine de lapin façon enza

Enza Brigitte Ludo

Ingrédients :

- 500gr de chair de porc
- 250gr de foies de lapins
- 1 gros oignons
- Persil sel poivre ail
- 1 oeuf
- 1/2 verre a moutarde de cognac
- 1 bonne cuillère à soupe de raisin sec

Faire revenir les foies avec sel poivre thym laurier
Ensuite y mettre le porto arrêter le mode dorage et fermer le cokeo 15mn le temps que sa macére

Ensuite mettre la farce dans un saladier avec oignons émincés persil l oeuf bien mélangé le tout y r ajouter les foie émincés en petit bouts avec son jus en enlevant les feuilles de laurier
Mettre le raisins sec
Bien remuer le tout
Ensuite le mettre dans un moule (panier vapeur +250ml d'eau) 15mn cuisson rapide en mettant quelques feuilles de laurier dessus
Ouvrir le cookeo et ensuite le rabate
Et laisser poser au moins 30mn
J ai pu faire un moule + 2 petits ramequins
Démoulé froid
A faire la veille

Terrine marine

cookeo www.cookeojbh.fr www.cookeojbh.fr www.cookeojbh.fr

Terrine Marine

Mélanie Derrien

Ingrédients :

Pour 6 personnes
- 300 g de saumon frais
- 300 g de lieu (ou autre poisson)
- une boite de crabe
- 2 oeufs
- 1 carotte
- 20 cl de crème fraiche
- 2 cuillères a café de sauce tomate
- sel-poivre-
- 2 cuillères a café de persillade ducros
- 2 cuillères à café de maizena

Couper en petits dés 150 g de saumon et 150 g de lieu.
Hacher 150 g de saumon et 150 g de lieu
Tailler la carotte en petits dés
Egoutter le crabe
Mélanger le tout avec la crème fraiche, la sauce tomate, la persillade, la maizena, le sel et le poivre.
Mettre le tout dans un moule et bien tasser le tout
Poser le moule dans le panier vapeur avec 200 ml d'eau
Cuisson sous pression pendant 35 mn

En fin de cuisson, laisser reposer 15 mn dans le cookeo puis le mettre au réfrigérateur

La terrine se mange froide accompagnée d'une bonne mayonnaise faite maison

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/ www.cookeojbh.fr cookeo

Terrine sanglier

Terrine de Sanglier

Severine Rozier

Ingrédients :

- 1kg de viande de sanglier
- 300gr de lardons fumés
-2 tranches de pain de mie blanc
-30 cl de vin rouge
-1 œuf
- 1 oignon piqué de clous de girofle
-1 gousse d'ail
-1 bouquet garni
-10 gr de sel par kg de viande
- 5 gr de poivre par kg de viande

Faire mariner la viande de sanglier coupée en dés avec le vin rouge, l'oignon l'ail, le bouquet garni et le pain de mie coupé en petit carrés pendant 24 heures
Ensuite hachés le tout avec les lardons ajouter l'œuf mélanger bien, mettre dans des petites terrine faire cuire dans le panier vapeur avec 200 ml d'eau pendant 40 min laisser reposer 24 heures avant de déguster

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

Terrine canard

TERRINE DE CANARD AU POIVRE VERT ET PISTACHES

Danamaso Danamaso

Nombre de personnes :
Temps de préparation : 30mn
Temps de cuisson : 50 mn + 12 H minimum de repos

Ingrédients

- 2 magrets de canard de 300 ou 350 grs chacun
- 500 grs de chair de saucisse (porc)
- 1 bouquet de persil plat
- 4 feuilles de laurier
- 1 verre à liqueur de cognac ou autre alcool fort
- 40 grs de pistaches concassées
- Zeste d'orange (à discrétion)
- Sel de Guerande
- Poivre vert concassé (1cac)
- 1 ca s de farine
- 1 oeuf
- 3 échalotes . 2 gousses d'ail
- 3 cas d'huile d'olive
- 1 cas d'herbes de provence

Préparation

Retirer la peau des magrets avec un couteau à effiler.
Tapisser le fond de la Terrine avec les 2 peaux en chevauchant légèrement et en remontant sur les bords de la Terrine .puis poser un magret coupée en deux dessus .
Hacher , les échalotes ,ail et persil
Couper en petits bouts le 2em magret et mélanger avec le porc haché
Ajouter l'oeuf , la farine , le mélange persil ail échalotes , l'huile d'olive ,les herbes de provence , le sel de Guerande et le poivre concassé. Mélanger .
Ajouter enfin les pistaches , le zeste d'orange ciselé et l'alcool . Malaxer bien le tout
Répartir cette farce sur le magret dans la terrine .
Presser pour que tout soit bien tasser . Disposer les feuilles sur le dessus . Mettre la terrine dans le panier vapeur avec 400ml d'eau dans la cuve .
Mettre en cuisson rapide ou sous pression selon le cookéo 1 ou usb , 50 mn ...
Laisser la terrine ds le cookéo pendant au moins 1 H ...
Vider doucement le trop de gras liquide de la terrine (si on veut ,on peut mettre de la gelée ,moi j'en met pas)
Laisser reposer une nuit au frigo avec un poids pour la tasser

Terrine de lapin

Terrine de lapin au goût d'antan de Marie et Enza

Marie Francoise Patricia

Ingrédients :

- 500 grs de chair à saucisses (pour apporter le gras nécessaire)
- 500 grs de lapin désossé (râbles , cuisses)
- 250 grs de foies de lapin
- Crépine (facultatif)
- 1 oignon ,
- 1 gousse d'ail ,
- thym , laurier .
- Persil ,
- sel , poivre , piment d'espelette
- 10 cl de cognac (ou tout autre alcool fort)
- 1 petite poignée de noisettes décortiquées (ou pistaches , raisins ect...)

Faire revenir les foies en mode dorer avec sel , poivre , thym , laurier
Arrêter la cuisson .
Ajouter l'alcool et laisser macérer 15mn
Pendant ce temps , désosser les 500 grs de lapin , hacher grossièrement , y ajouter la chair à saucisses , l'oignon et l'ail émincés très finement , condiments , ajouter les foies coupées en menus morceaux (je le hache avec le speddy chef de tupp)ajouter les noisettes ou autres fruits secs de son choix.
Bien malaxer pour bien amalgamer tous les ingrédients
Positionner la crépine dans le fond du moule pour moi une casserole tefal sans manche de 18 cm de diamètre ,(tout contenant de 18cm passant au four convient)
Mettre la préparation et rabattre la crépine sur le dessus . Poser 2 ou 3 feuilles de laurier .
Poser le moule dans le panier vapeur , avec 30 cl d'eau dans la cuve .
Cuisson rapide ou sous pression , selon le cookéo 1 ou usb pendant 40mn .
A la fin de la cuisson , laisser le couvercle entrouvert pendant encore 30 mn .
Sortir le moule encore chaud. Extraire l'excédent de liquide du moule .....
Pour Tasser la terrine ,mettre un poids assez lourd dessus après l'avoir protégé d'un papier aluminium , (ex : boîtes de conserves)
Le lendemain et seulement le lendemain, démouler .
Déguster .
Se conserve très bien pendant 4 ou 5 jours , ou sinon mettre des portions au congélateur ....

www.cookeojbh.fr

Terrine de pigeon

LE GROUPE IDEES RECETTES COOKEO

TERRINE DE PIGEON

Danamaso Danamaso

Nombre de personnes : 6 personnes
Temps de préparation :
Temps de cuisson :

Ingrédients

2 pigeons(j'ai récupéré 270 gr de chair)
250 gr de chair de porc
1 tranche de lard fumé
1 crépine (facultative)
2 échalotes
1 œuf
5 cl de crème fraiche
1CàC d'herbes de Provence
4 cl de porto ou cognac ou armagnac
1 poignée de noisettes ou autres fruits secs
Sel, poivre.

Préparation

Désosser les pigeons, puis hacher les viandes, les échalotes en gardant des morceaux de filet couper fin au couteau.
Incorporer l'alcool, les œufs, la crème, le thym, sel, poivre.
Malaxer le tout.
Répartir le mélange dans une terrine. Poser la terrine dans le panier vapeur, mettre 300 ml d'eau dans la cuve.
Cuisson rapide ou sous pression selon le cookéo 1 ou usb pendant 50 mn.
Sortir la terrine, la tasser avec un objet lourd et attendre le lendemain pour la démouler et la déguster

Terrine de poire et épices

Terrine de poires et épices

	2	4	6
Poires pelées, coupées en cube	250 g	500 g	750 g
Eau	12 cl	24 cl	36 cl
Sucre	30 g	60 g	90 g
Gélatine en feuilles, ramolie dans un bol d'eau glacée	5 g	10 g	15 g
Baton de canelle	0.5	1	1
Gousse de vanille grattée	0.33	0.66	1
Moule a cake			

Préparation : 20 mn Cuisson : 5 mn

Préparation :
Placer tous les ingrédients sauf la gélatine dans la cuve.
Cuisson
Après la cuisson
Mixer le jus avec la gélatine.
Placer les poires dans le moule, y verser le jus.
Garder au froid.

Terrine saumon

LE GROUPE IDEES RECETTES COOKEO

Terrine de saumon

Aurélie Lallet

Nombre de personnes : 6 personnes en entree ou 4 personnes en diner
Temps de préparation :
Temps de cuisson :

Ingrédients

- 300g de saumon frais
- 10cl de creme liquide legere
- 10cl de puree de tomate
- 3 oeufs
- Epices: aneth, ail, noix de muscade, paprika, sel

Préparation

Faire cuire dans le panier vapeur le saumon: 7 min cuisson sous pression avec 200ml d eau au fond de la cuve
Dans un saladier emietéer le saumon et rajouter tous les ingredients. Bien melanger
Verser la preparation dans un moule allant dans le panier vapeur.
Cuire sous pression 30 min avec 200ml d'eau au fond de la cuve.
Manger froid
Vous pouvez servir un coulis de tomate ou une creme avec de l aneth.

Tourte saumon

Tourte au saumon, pommes de terre, romarin

Marie Lelièvre

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

-2 pavés de saumon de 300gr en tout
- 8 pommes de terre de taille moyenne,
- une cuillère a café de romarin,
- un oignon,
- une gousse d'ail,
-125ml de lait
-125 ml de crème.

Faire cuire les pdt coupées en dés 5 mn dans le panier vapeur en cuisson rapide. Puis faire revenir dans la cuve les oignons, ail, avec un peu d'eau en mode dorer, ajouter le saumon coupé en morceaux, le romarin, le lait, la crème, bien mélanger puis ajouter les pomme de terre.
Laisser épaissir un peu.
Puis assembler la tourte dans un moule a tarte (j'avais préparé deux pâtes brisées a l'avance) et mettre du jaune d'œuf au pinceau pour dorer.
Faire des entailles en étoiles et la petite cheminée au milieu
Cuire 45mn au four a 200 degrés.

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

Truffade

www.cookeojbh.fr www.cookeojbh.fr www.cookeojbh.fr

Moulinex cookeo

Truffade au cookéo

Line Bordas

Ingrédients :

pour 6 personnes

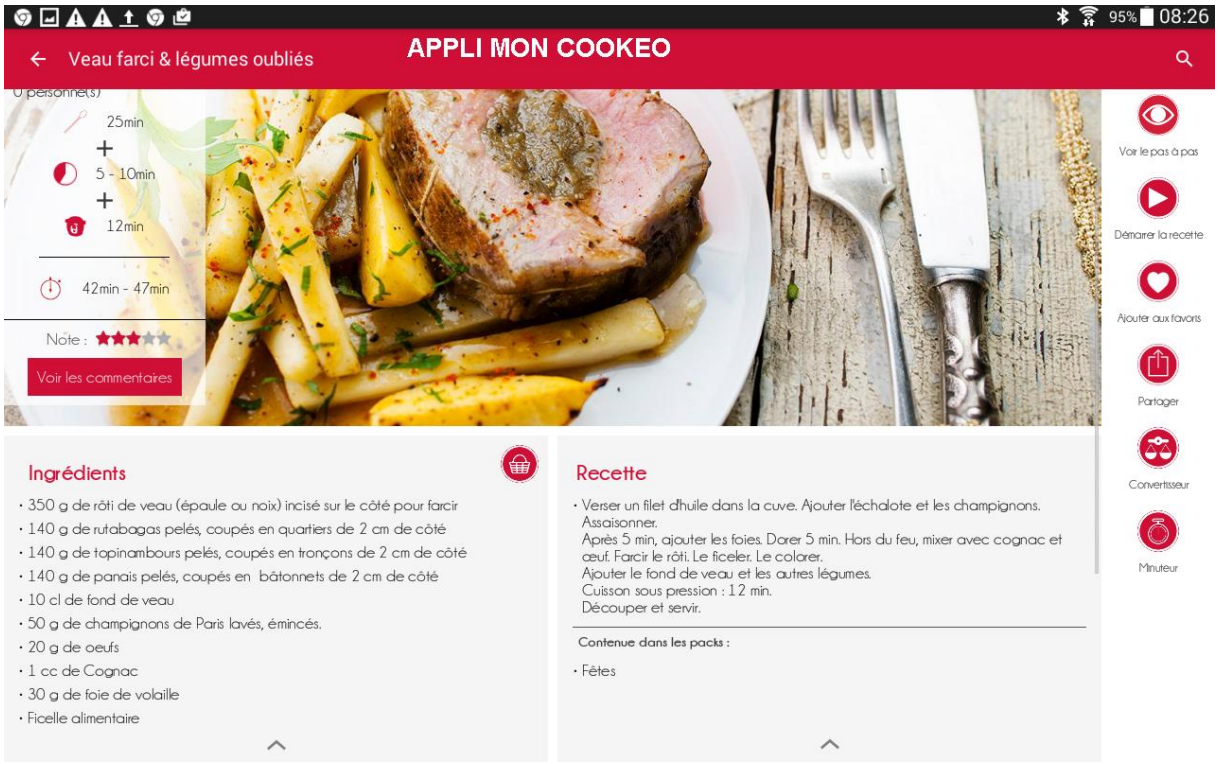
1kg de pomme de terre
600g de tomme fraîche de cantal
huile ou graisse de canard
poivre, sel

Eplucher et couper grossièrement les pommes de terre
Mettre en mode DORER, ajouter l'huile ou la graisse de canard
Mettre les pommes de terre et les faire cuire et colorer
une fois les pommes de terre cuites
Ajouter la tomme fraîche sur les pommes de terre (toujours en mode DORER jusqu'à ce que le fromage commence à fondre)
Mettre sur mode RECHAUFFER
de temps en temps ouvrir le cookeo et remuer afin que le fromage enrobe bien les pommes de terre.
si les pommes de terre s'écrasent c'est normal!!!
bon appétit j'espère!

www.cookeojbh.fr

www.cookeojbh.fr

Veau farci



Vol au vent

Vol au vent appli mon cookeo

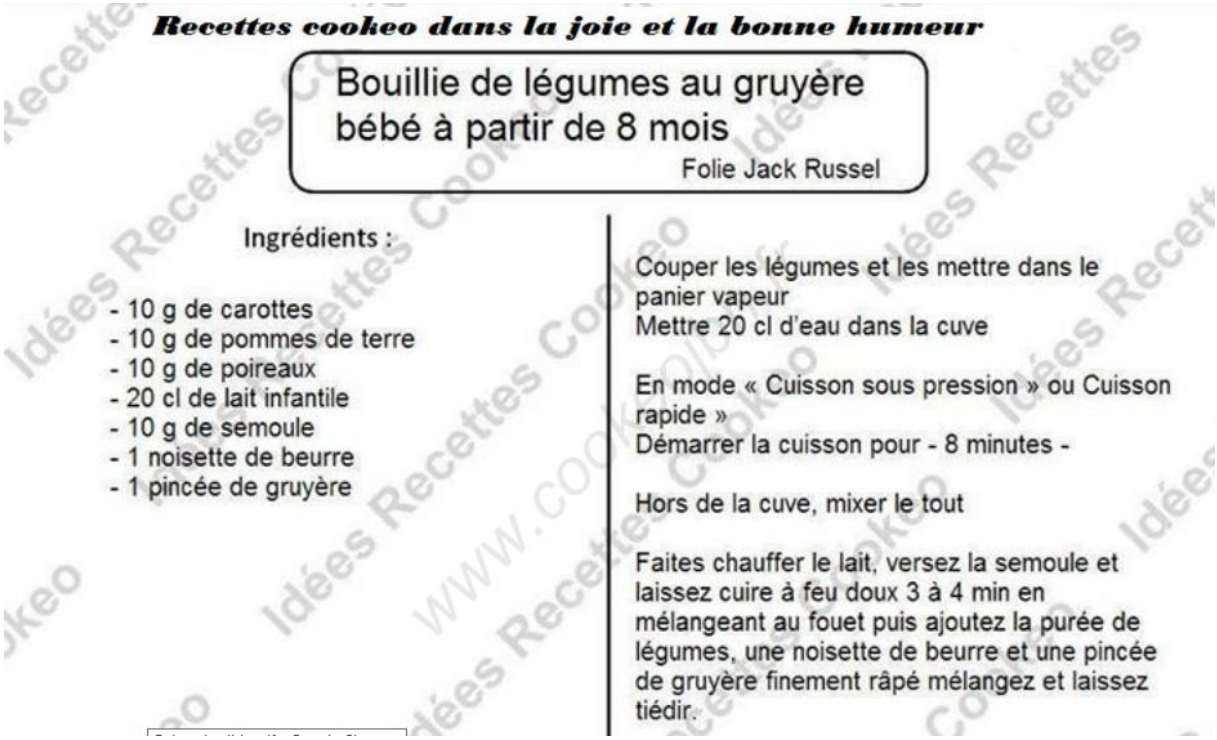
500 g de blancs de poulet coupés en petits cubes
200 g de champignons surgelés
35 g de beurre
65 g de farine
10 cl de crème liquide
40 cl de fond de volaille
Sel et poivre
Persil
Feuilletés pour vol au vent

Préparation

Préparer les ingrédients.
Couper les blancs de poulet en petits cubes.
Ajouter le beurre.
Dorer les blancs de poulet.
Ajouter le reste des ingrédients en commençant par les ingrédients solides et mélanger.
Cuisson sous pression : 3 min
Assaisonner et servir !

Bébés recettes

Bouillie légumes



Bouillon pommes de terre brocolis

Bouillon pommes de terre carottes

Bouillon pommes de terre petits pois

Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

cookeo

Bouillon pomme de terre, petits pois-coco plat

Marilyn Lyna Labrousse

BéBé de 4 à 6mois

Ingrédients :

- 1 pomme de terre
- 50gr de petits pois écossés
- 100gr de cocos plats
- 50cl d'eau

Éboutez les cocos plats, lavez-les ,coupez-les en 4
Épluchez la pomme de terre et rincez la
Mettre l'eau dans cookeo avec tous les legumes (pomme de terre/petits pois/coco plat)
Cuisson rapide 8min
Mixez avec l'eau de cuisson
Vous pouvez congeler le trop dans des pots ou barquettes adaptées

www.cookeojhh.fr

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

Bouillon pommes de terre carotte tomate

Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

cookeo

Bouillon pomme de terre carotte tomate

Marilyn Lyna Labrousse

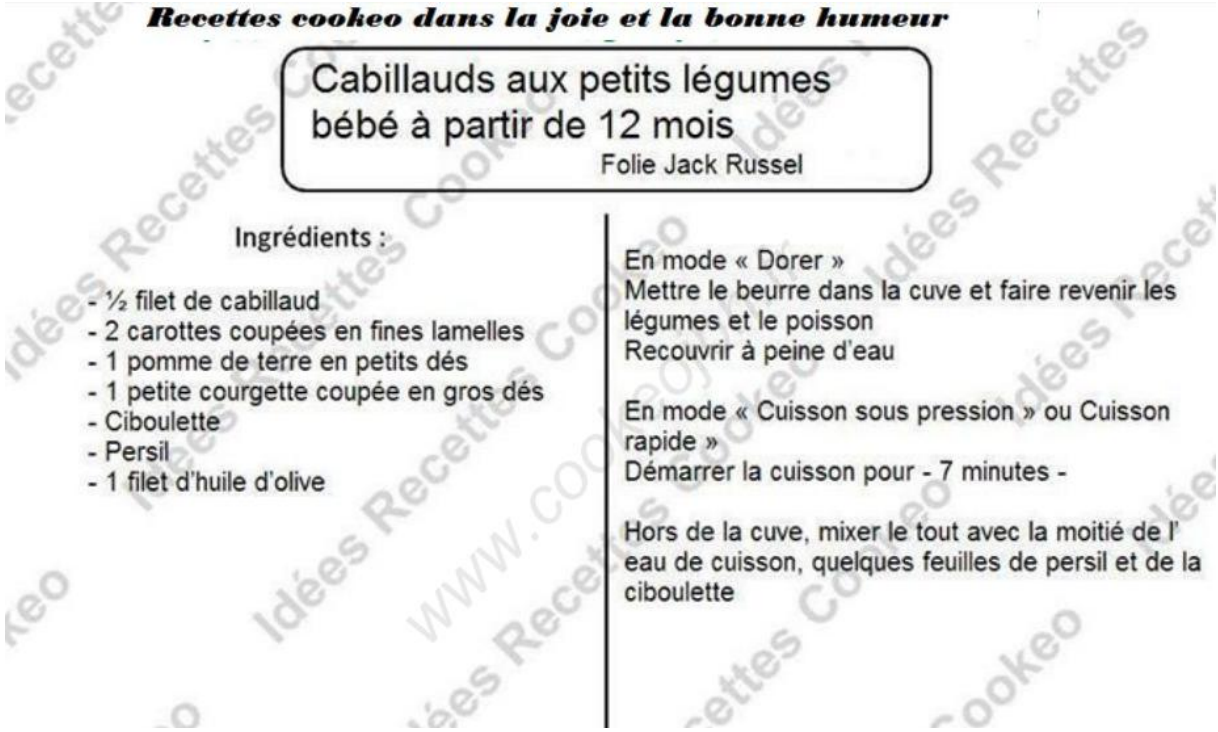
Bébé de 4 à 6 mois

Ingrédients :

- 1 pomme de terre
- 1 carotte
- 1 tomate bien mûre
- 50cl d'eau

Éplucher les legumes et couper les en morceaux
Laver et couper la tomate en 4
Mettre l'eau et les legumes dans cookeo
Cuisson rapide 15mn
Mixer

Cabillaud petits légumes



Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

Cabillauds aux petits légumes bébé à partir de 12 mois

Folie Jack Russel

Ingrédients :

- ½ filet de cabillaud
- 2 carottes coupées en fines lamelles
- 1 pomme de terre en petits dés
- 1 petite courgette coupée en gros dés
- Ciboulette
- Persil
- 1 filet d'huile d'olive

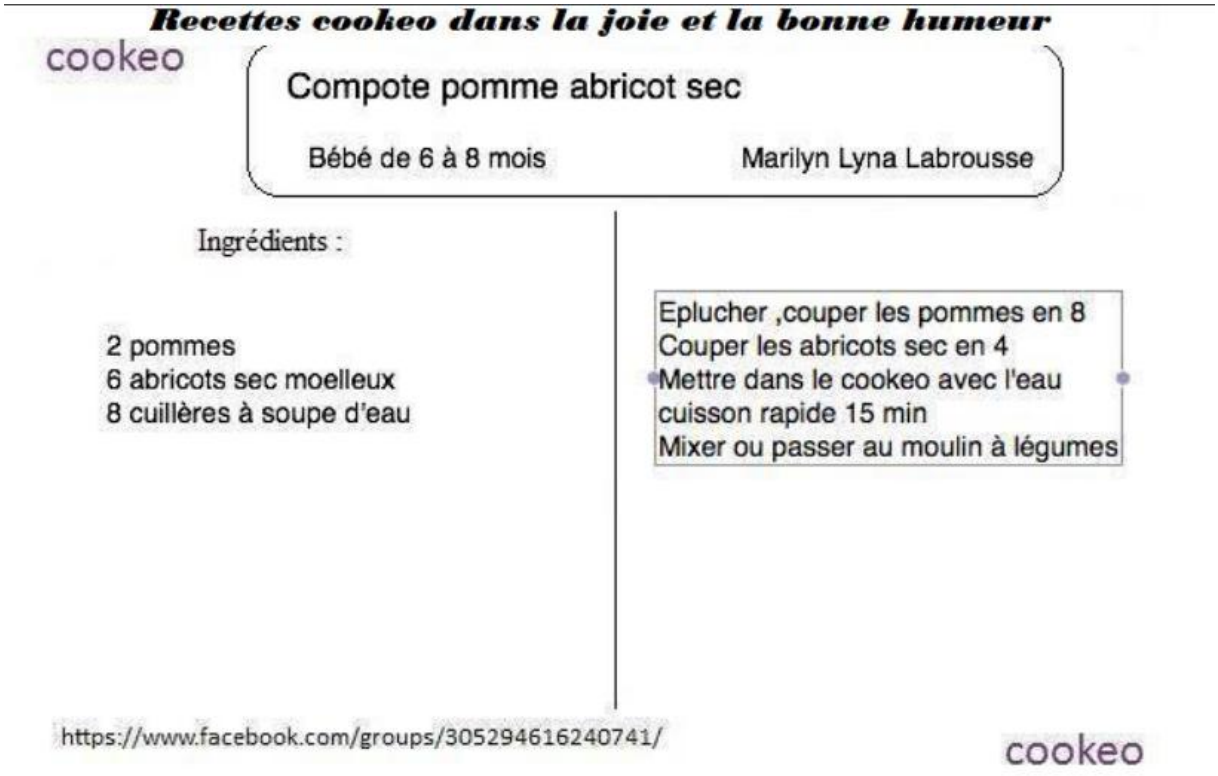
En mode « Dorer »
Mettre le beurre dans la cuve et faire revenir les légumes et le poisson
Recouvrir à peine d'eau

En mode « Cuisson sous pression » ou Cuisson rapide »
Démarrer la cuisson pour - 7 minutes -

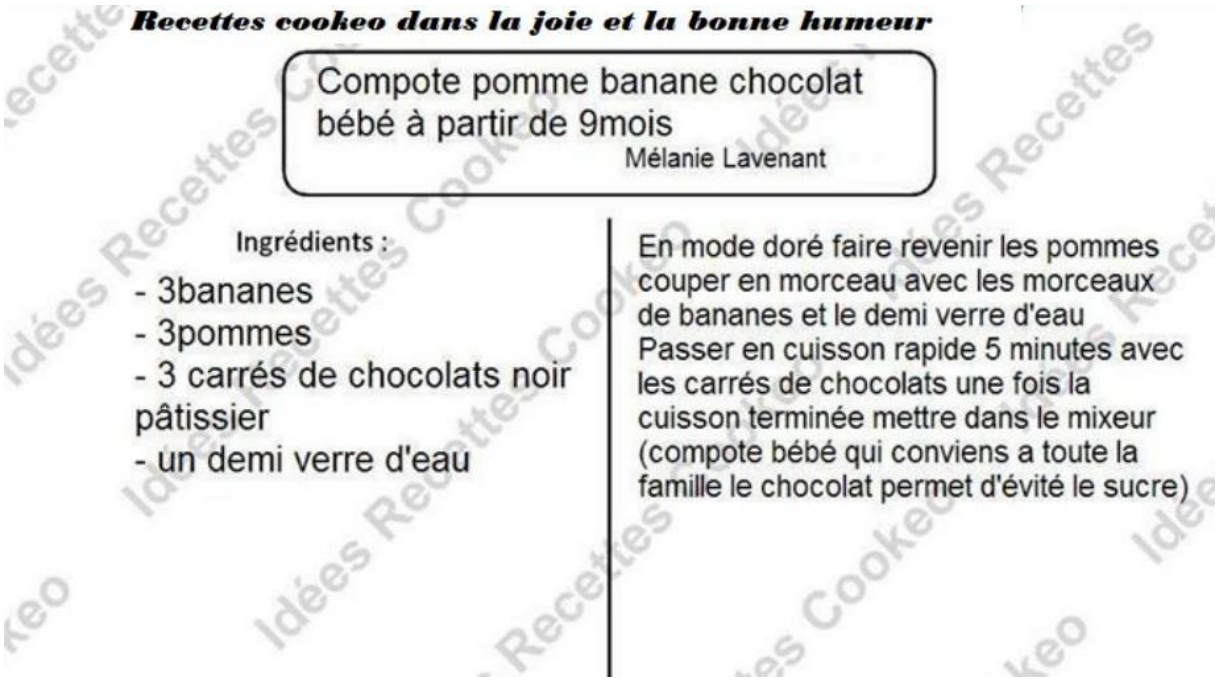
Hors de la cuve, mixer le tout avec la moitié de l' eau de cuisson, quelques feuilles de persil et de la ciboulette

Compote pommes abricot

Compote pommes abricots secs

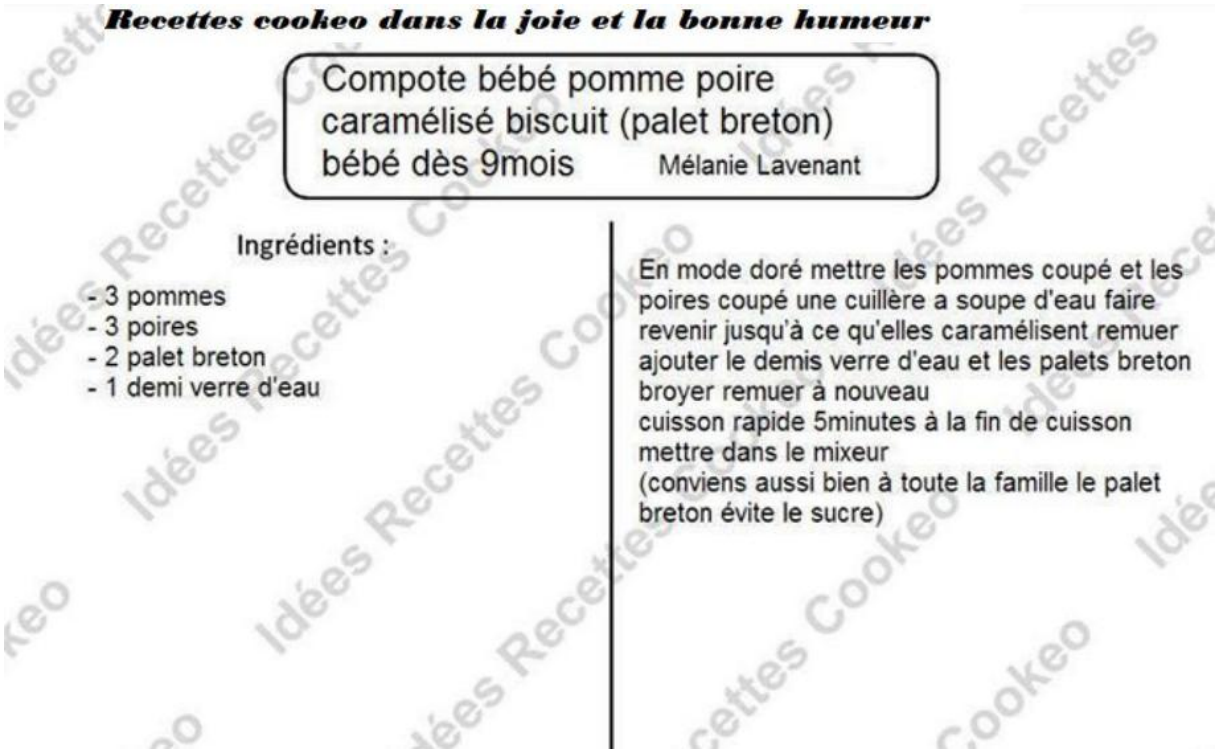


Compote pommes bananes chocolat



Compote pommes poires citron

Compote pommes poires biscuits



Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

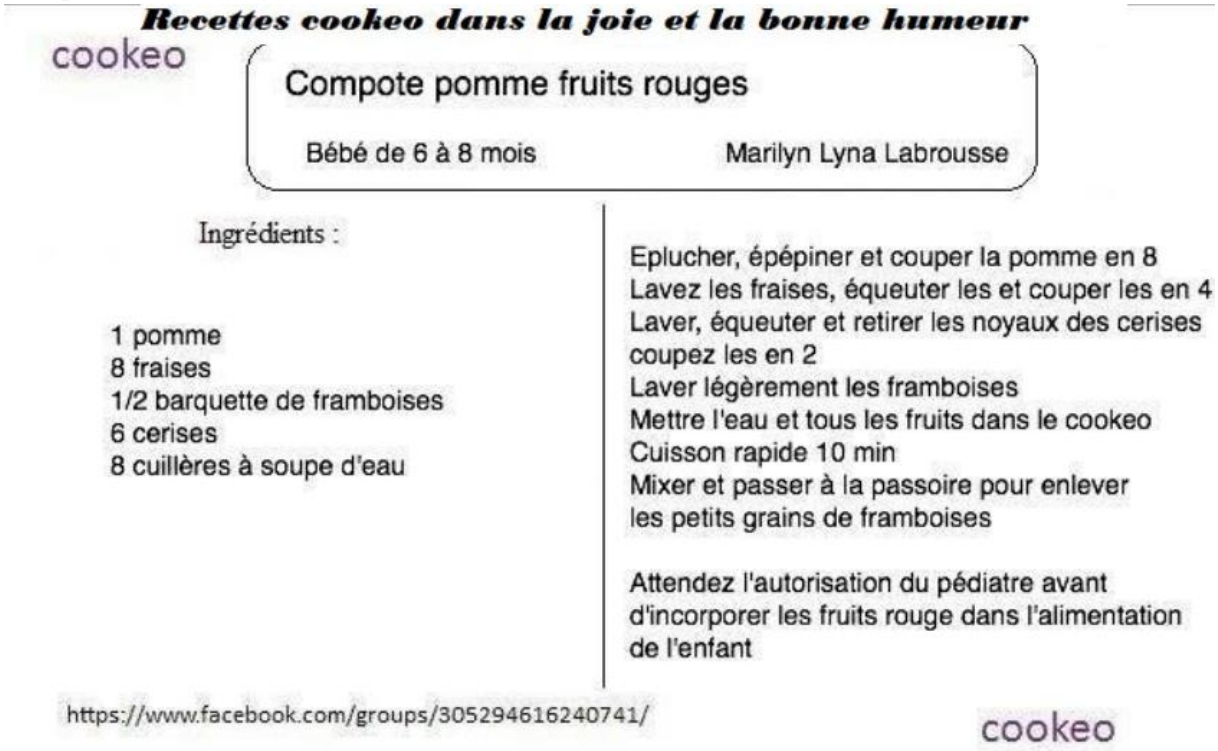
Compote bébé pomme poire caramélisé biscuit (palet breton) bébé dès 9mois — Mélanie Lavenant

Ingrédients :

- 3 pommes
- 3 poires
- 2 palet breton
- 1 demi verre d'eau

En mode doré mettre les pommes coupé et les poires coupé une cuillère a soupe d'eau faire revenir jusqu'à ce qu'elles caramélisent remuer ajouter le demis verre d'eau et les palets breton broyer remuer à nouveau
cuisson rapide 5minutes à la fin de cuisson mettre dans le mixeur
(conviens aussi bien à toute la famille le palet breton évite le sucre)

Compote fruits rouges



Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

cookeo

Compote pomme fruits rouges

Bébé de 6 à 8 mois — Marilyn Lyna Labrousse

Ingrédients :

1 pomme
8 fraises
1/2 barquette de framboises
6 cerises
8 cuillères à soupe d'eau

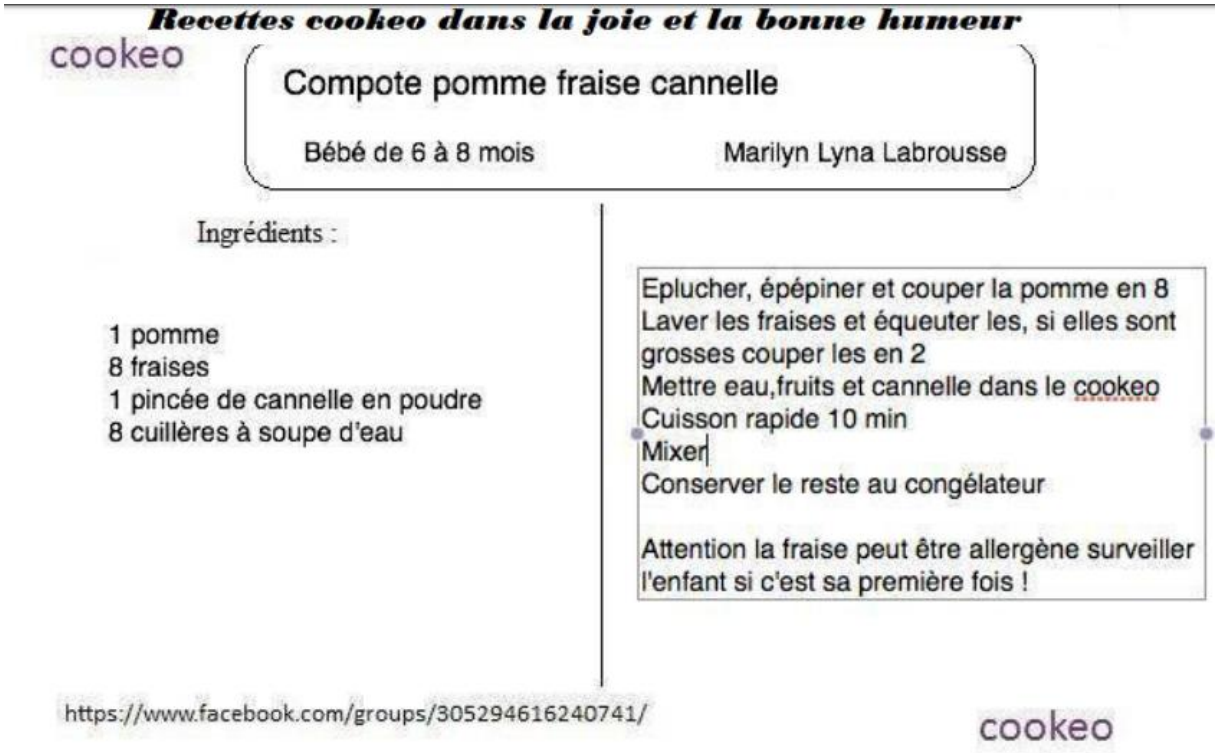
Eplucher, épépiner et couper la pomme en 8
Lavez les fraises, équeuter les et couper les en 4
Laver, équeuter et retirer les noyaux des cerises coupez les en 2
Laver légèrement les framboises
Mettre l'eau et tous les fruits dans le cookeo
Cuisson rapide 10 min
Mixer et passer à la passoire pour enlever les petits grains de framboises

Attendez l'autorisation du pédiatre avant d'incorporer les fruits rouge dans l'alimentation de l'enfant

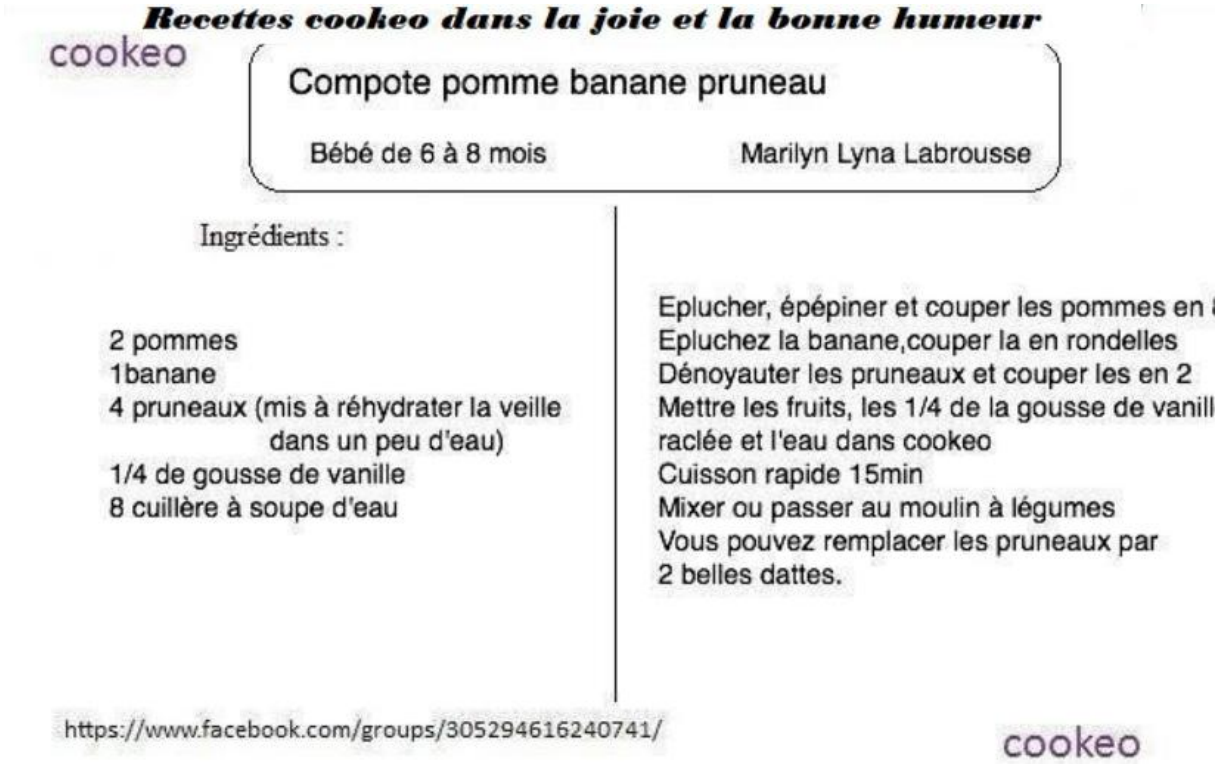
https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

cookeo

Compote pommes fraises cannelle



Compote pommes banane pruneau



Mousse brocolis

Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

Mousse de brocolis
bébé à partir de 6 mois
Folie Jack Russel

Ingrédients :

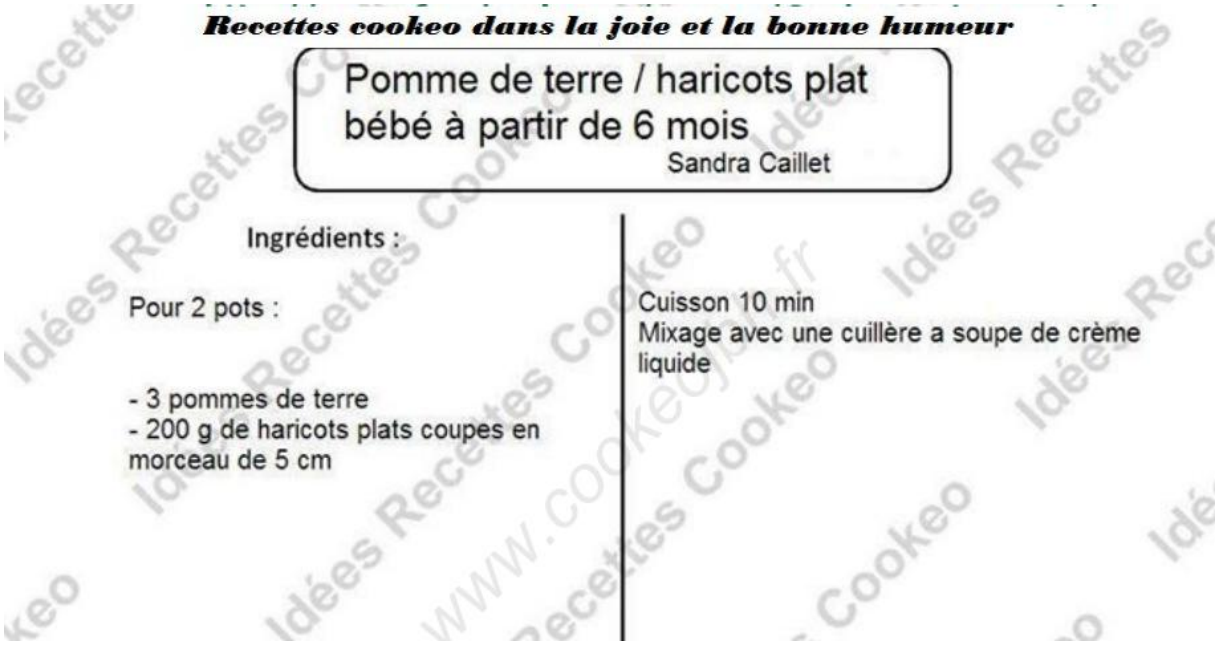
- 50 g de pomme de terre
- 100 g de fleurettes de brocoli
-3 cl de lait infantile 2e âge

Couper les légumes et les mettre dans le panier vapeur
Mettre 20 cl d'eau dans la cuve

En mode « Cuisson sous pression » ou Cuisson rapide »
Démarrer la cuisson pour - 8 minutes -

Hors de la cuve, mixer le tout avec le lait chaud

Pommes de terre haricots plats



Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

Pomme de terre / haricots plat
bébé à partir de 6 mois
Sandra Caillet

Ingrédients :

Pour 2 pots :

- 3 pommes de terre
- 200 g de haricots plats coupes en morceau de 5 cm

Cuisson 10 min
Mixage avec une cuillère a soupe de crème liquide

Pommes de terre patates douces

Purée pommes de terre aubergines

Purée carotte céleri poulet

Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

Purée carotte ,céleri poulet au carré frais
Folie Jack Russel
bébé a partir de 12mois

Ingrédients :

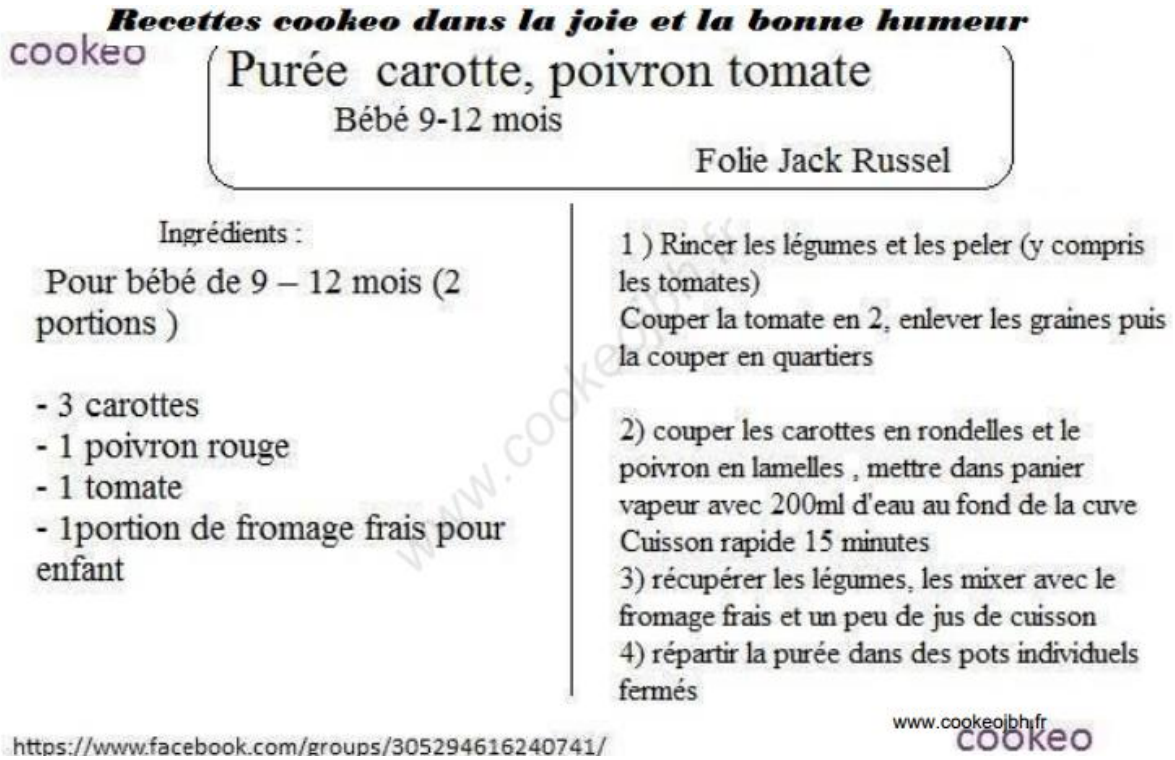
- 100 g de carottes en rondelles
- 70 g de céleri rave coupé en petits dés
- 40 g escalope poulet
- ½ Carré Frais
- 1 peu de beurre

En mode « Dorer »
Mettre le beurre dans la cuve et faire revenir les légumes et le poulet
Recouvrir à peine d'eau

En mode « Cuisson sous pression » ou Cuisson rapide »
Démarrer la cuisson pour - 10 minutes -

Hors de la cuve, mixer le tout avec la moitié de l'eau de cuisson et le Carré Frais

Purée carottes poivron



Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

cookeo

Purée carotte, poivron tomate
Bébé 9-12 mois
Folie Jack Russel

Ingrédients :

Pour bébé de 9 – 12 mois (2 portions)

- 3 carottes
- 1 poivron rouge
- 1 tomate
- 1portion de fromage frais pour enfant

1) Rincer les légumes et les peler (y compris les tomates)
Couper la tomate en 2, enlever les graines puis la couper en quartiers

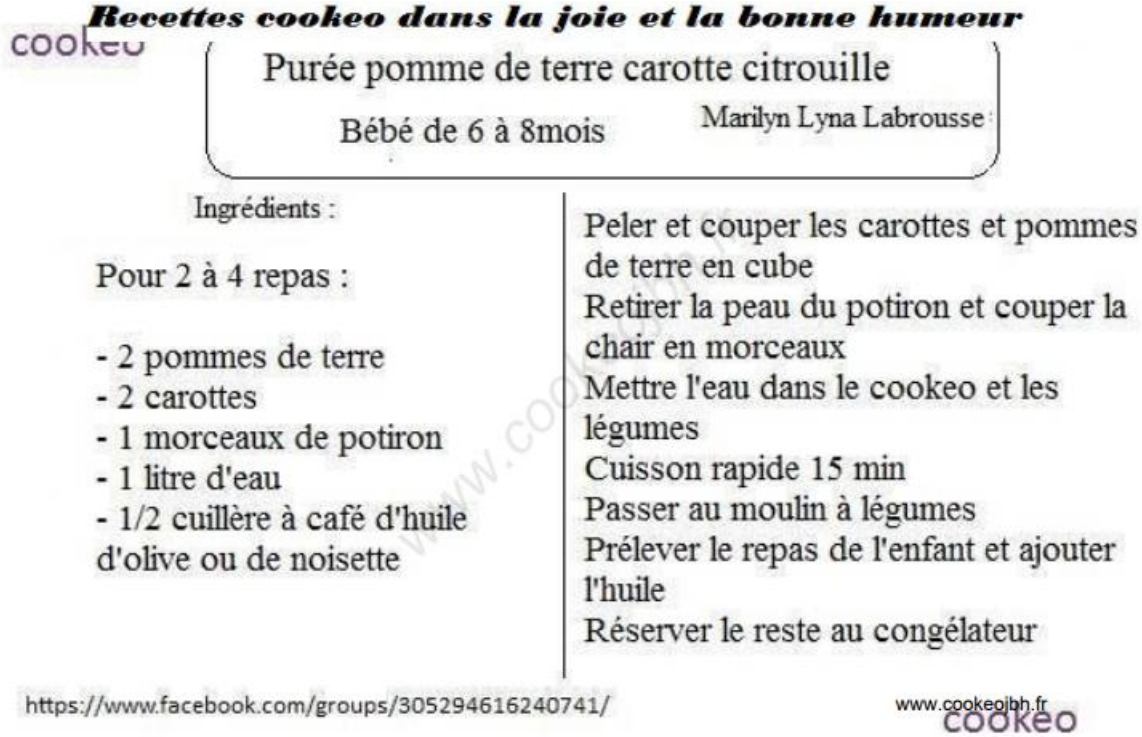
2) couper les carottes en rondelles et le poivron en lamelles , mettre dans panier vapeur avec 200ml d'eau au fond de la cuve
Cuisson rapide 15 minutes
3) récupérer les légumes, les mixer avec le fromage frais et un peu de jus de cuisson
4) répartir la purée dans des pots individuels fermés

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

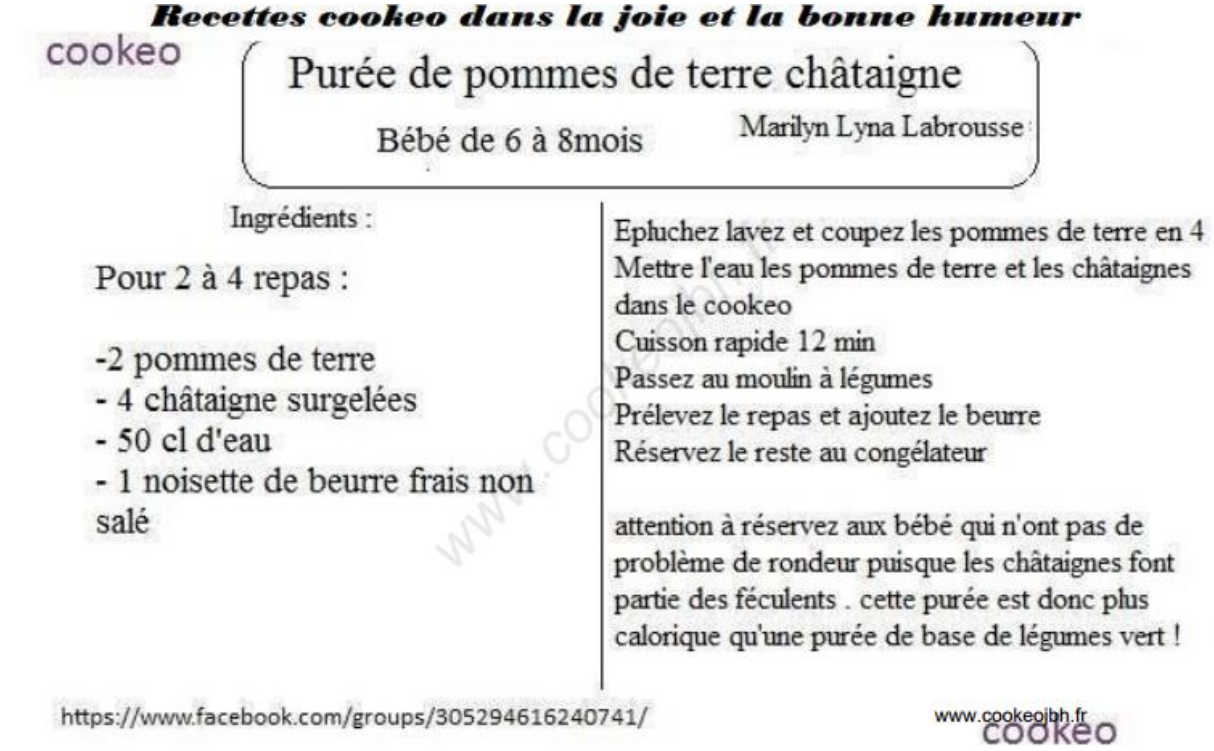
www.cookeojbh.fr
cookeo

Purée patate douce navet

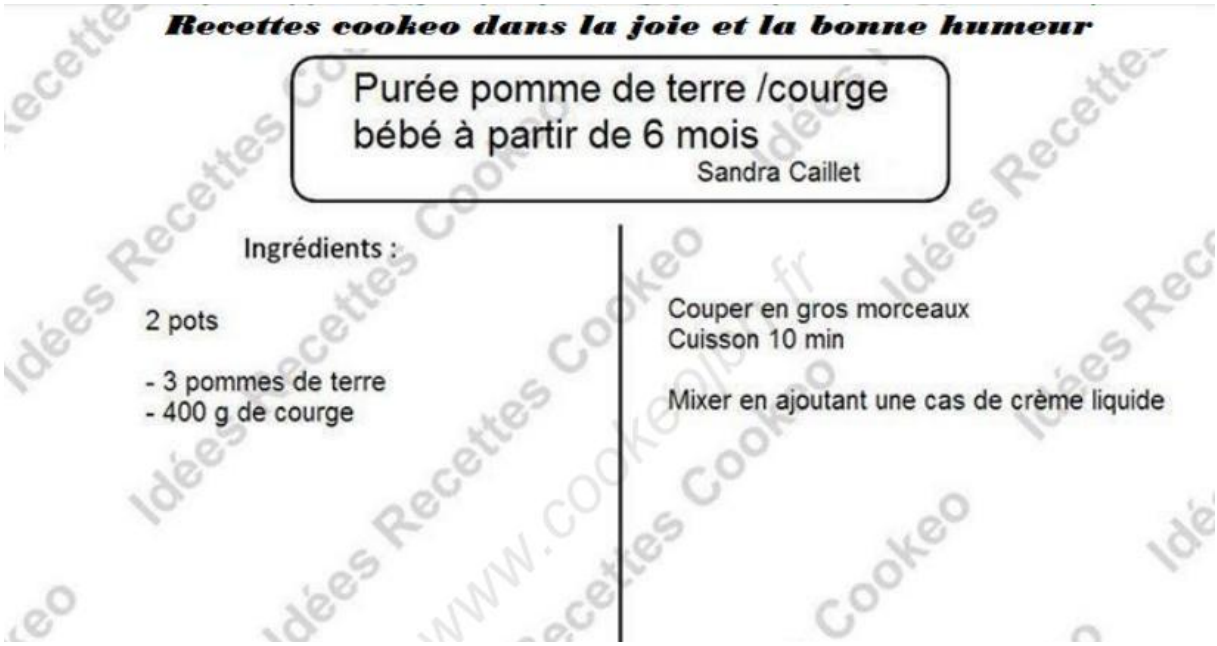
Purée pommes de terre citrouille



Purée pommes de terre chataignes



Purée pommes de terre courges



Purée pommes de terre courgettes artcihauts

Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

cookeo

Purée pomme de terre courgette artichaut

Bébé de 6 à 8 mois — Marilyn Lyna Labrousse

Ingrédients :

Pour 2 à 4 repas
2 pommes de terre
1 courgette pas trop grosse
1 fond d'artichaut surgelé ou frais cuit
50 cl d'eau
1/2 cuillère à café d'huile de colza

Eplucher et couper les pommes de terre en 4
Couper le fond d'artichaut en 8
Laver et éplucher un peu la courgette et couper la en 4
Mettre l'eau et les légumes dans le cookeo
cuisson rapide 15 min
Mixez plus ou moins
Prélever le repas pour l'enfant et ajoutez l'huile de colza
Réserver le reste au congélateur !

Purée pommes de terre oignons

Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

cookeo

Purée pomme de terre ail oignon

Bébé de 6 à 8mois — Marilyn Lyna Labrousse

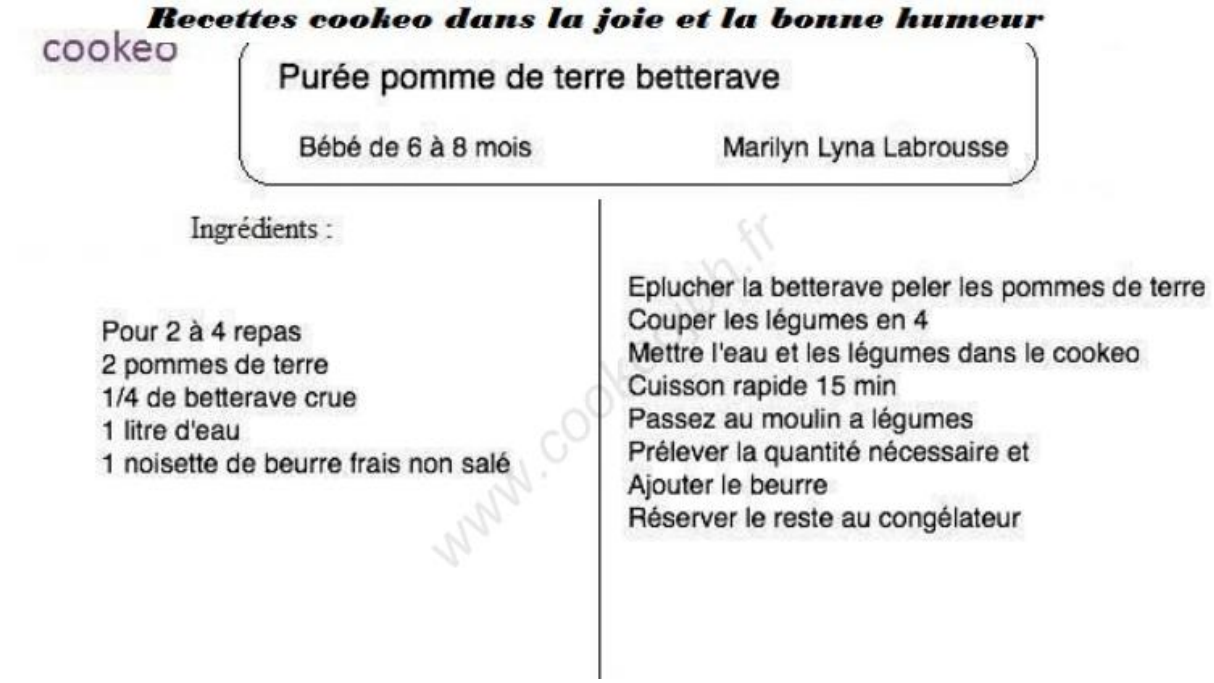
Ingrédients :

pour 2 à 4 repas :

- 2 pommes de terre
- 1/4 de gousse d'ail
- 1 oignon tige frais
- 50 cl d'eau
- 1/2 cuillère à café d'huile d'olive

Epluchez lavez et coupez les pommes de terre en 4
Pelez la gousse d'ail coupez la en 2 pour retirer le germe au milieu
Ecrasez la avec le plat du couteau et hachez la.
Epluchez l'oignon en gardant un peu de vert de la tige et coupez le en 4
Mettre l'eau et tous les légumes dans le cookeo
Cuisson rapide 10 min
Passez au moulin
Prélevez le repas et ajoutez l'huile d'olive
Reservez le reste au congélateur

Purée pommes de terre betteraves



Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

cookeo

Purée pomme de terre betterave

Bébé de 6 à 8 mois — Marilyn Lyna Labrousse

Ingrédients :

Pour 2 à 4 repas
2 pommes de terre
1/4 de betterave crue
1 litre d'eau
1 noisette de beurre frais non salé

Eplucher la betterave peler les pommes de terre
Couper les légumes en 4
Mettre l'eau et les légumes dans le cookeo
Cuisson rapide 15 min
Passez au moulin a légumes
Prélever la quantité nécessaire et
Ajouter le beurre
Réserver le reste au congélateur

Purée pommez de terre carottes

Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

Petite purée bébé pomme de terre carotte

Mélanie Lavenant

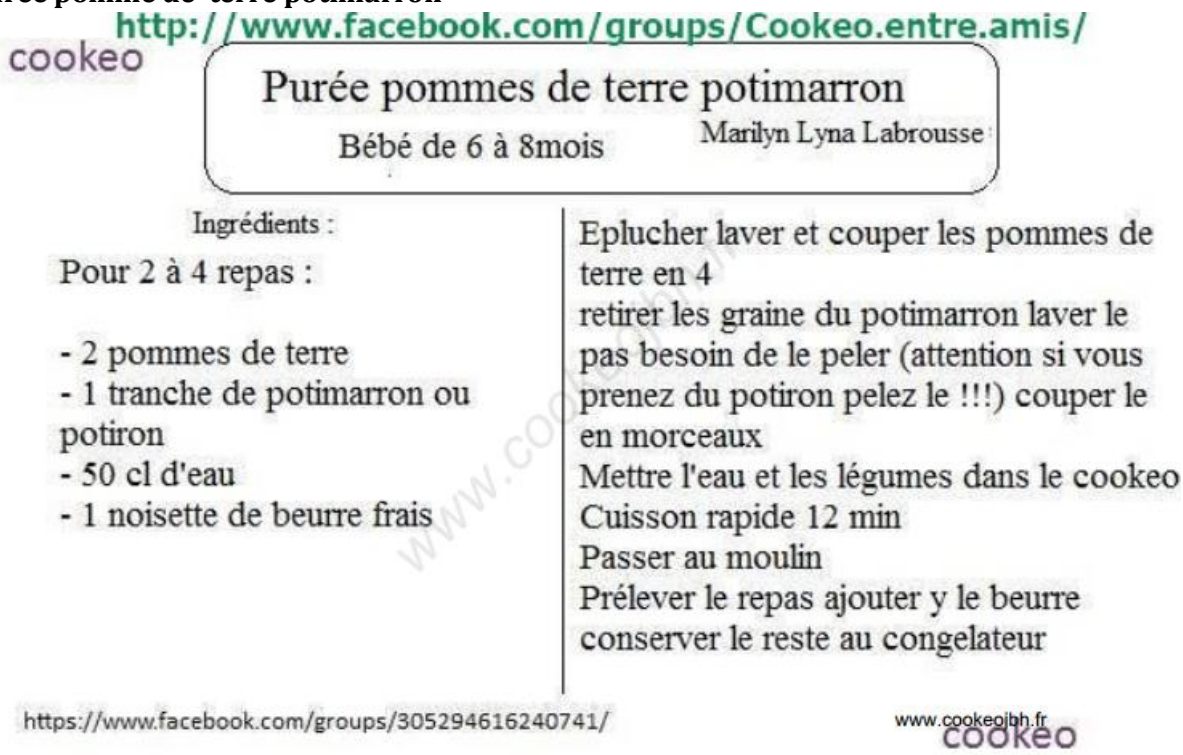
Ingrédients :

- 2 carottes
- 1 belle pomme de terre
- 1 pincée de muscade
- une larme d'huile d'olive

Laver éplucher les carottes et pommes de terre les couper en dés
Mettre dans le panier vapeur avec 200ml d'eau cuisson rapide 5 minutes (selon la grosseur coupé) à la fin de cuisson mettre dans le mixeur avec la pincée de muscade et l'huile d'olive (la muscade donne du gout et remplace le sel c'est bien meilleurs) il est conseiller de donner des matière grasse importante pour le développement de bébé l'huile d'olive est la plus saine mais il est recommandé de varier les huiles

Purée pommes de terre petits pois carottes

Purée pomme de terre potimarron



Risotto poireaux

Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

Risotto de poireaux

A partir de 12 mois — Sandra Caillet

Ingrédients :

- 60 g de riz
- 300 g de poireaux
- 1 petit oignon
- 50 ml de Sauce tomate(tomato frito)
- 300 ml de bouillon de légumes

Faite revenir l'oignon puis le poireau.
Ajoutez le riz et le bouillon.
Cuisson 10 min

Ajoutez la sauce tomate.

Soupe blanche

Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

cookeo

Soupe blanche

Bébé de 6 à 8mois — Marilyn Lyna Labrousse

Ingrédients :

Pour 2 à 4 repas :

- 1 pomme de terre
- 4 bouquets de choux fleur
- 1 petit morceaux de céleri rave (de la taille d'une grosse noix)
- 60 cl d'eau
- 1 noisette de beurre non salé

peler la pomme de terre et couper la en cube
couper les bouquets en 2
couper le celeri en tout petit dès
mettre les légumes et l'eau dans le cookeo
cuisson rapide 15 min
mixer plus ou moins finement

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/ www.cookeojbh.fr cookeo

Soupe carottes tomates

Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

cookeo

Soupe carotte tomate riz

Bébé de 8 à 10 mois — Marilyn Lyna Labrousse

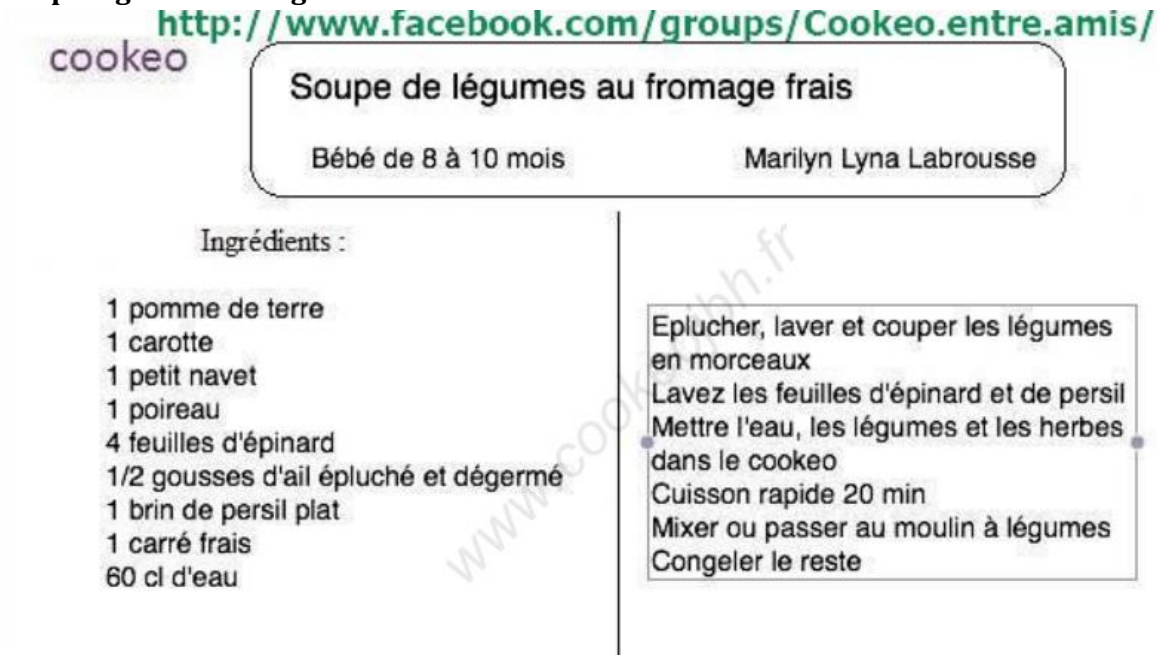
Ingrédients :

2 ou 3 carottes
1 tomate bien mûre
1 cuillère à soupe rase de riz rond
1 feuille de céleri branche
60 cl d'eau

Peler, laver et couper les carottes en rondelles
Peler la tomate épépiner la et couper en 4
Mettre l'eau , les légumes et le riz dans le cookeo
Mixez ou passer au moulin à légumes
Congeler le reste

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/ www.cookeojbh.fr cookeo

Soupe légumes fromage frais



http://www.facebook.com/groups/Cookeo.entre.amis/

cookeo

Soupe de légumes au fromage frais

Bébé de 8 à 10 mois — Marilyn Lyna Labrousse

Ingrédients :

1 pomme de terre
1 carotte
1 petit navet
1 poireau
4 feuilles d'épinard
1/2 gousses d'ail épluché et dégermé
1 brin de persil plat
1 carré frais
60 cl d'eau

Eplucher, laver et couper les légumes en morceaux
Lavez les feuilles d'épinard et de persil
Mettre l'eau, les légumes et les herbes dans le cookeo
Cuisson rapide 20 min
Mixer ou passer au moulin à légumes
Congeler le reste

Soupe pommes de terre courgettes

Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

cookeo

Soupe de pomme de terre courgette petit pois et vermicelle

Bébé de 8 à 10 mois — Marilyn Lyna Labrousse

Ingrédients :

2 pommes de terre
1 petite courgette
100 gr de petit pois écossés frais ou surgelés
60 cl d'eau
1 petite cuillère à soupe de vermicelles

Eplucher partiellement la courgette, laver et couper la en morceau
Eplucher, laver et couper les pommes de terre en 4
Mettre l'eau et les légumes dans le cookeo
Faite cuire à part les vermicelles dans de l'eau
Mixer les légumes ou passer les au moulin à légumes
Ajouter les vermicelles cuit juste dans la portion qui va être consommée de suite
Congeler le reste

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/ www.cookeojbh.fr cookeo

Soupe pommes de terre carottes

Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

cookeo

Soupe pomme de terre vache qui rit cresson

Bébé de 8 à 10 mois — Marilyn Lyna Labrousse

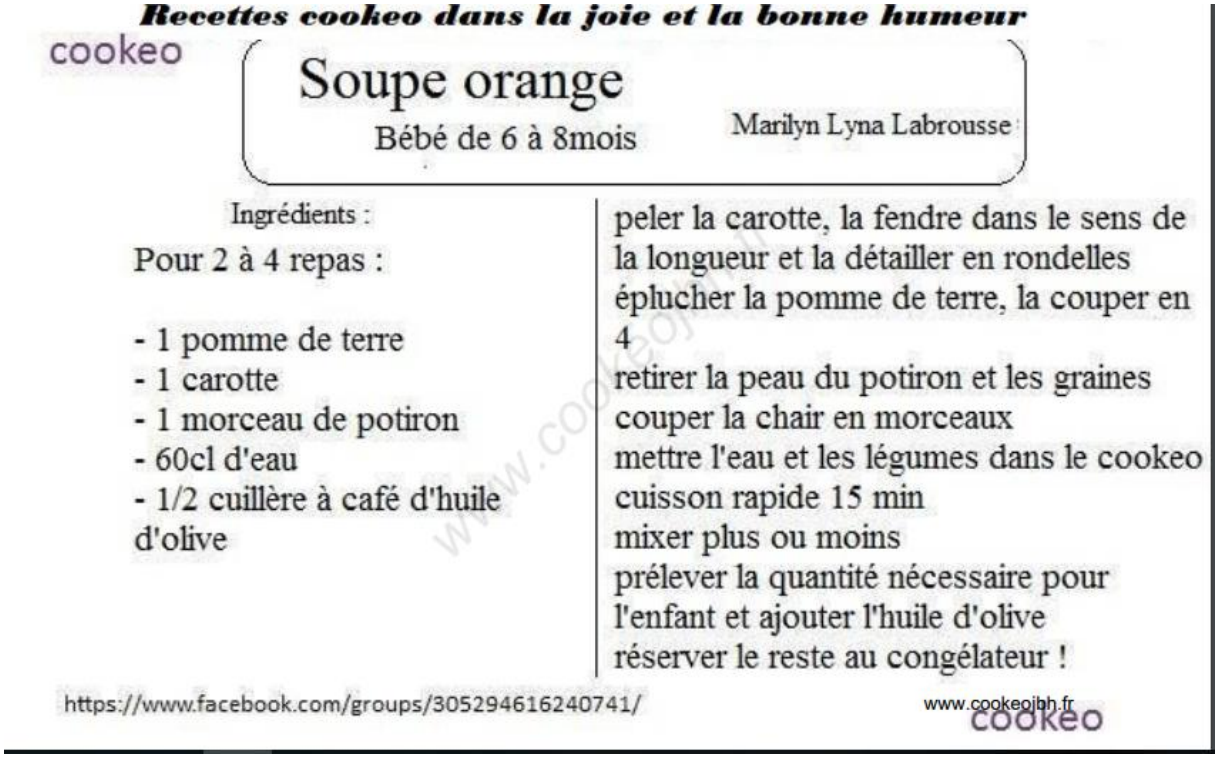
Ingrédients :

1 pomme de terre (200 gr)
1 petite poignée de cresson
(remplacer le cresson par de la salade, des épinards, des fanes de radis ou même un mélange des trois)
1 portion de vache qui rit
60 cl d'eau

Peler, laver et couper la pomme de terre en morceaux
Lavez le cresson à grande eau !
Mettre l'eau et les légumes dans le cookeo
Cuisson rapide 15min
Ajoutez la vache qui rit et mixer
Conserver le reste au congélateur

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/ www.cookeojbh.fr cookeo

Soupe orange



Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

cookeo

Soupe orange

Bébé de 6 à 8mois

Marilyn Lyna Labrousse

Ingrédients :

Pour 2 à 4 repas :

- 1 pomme de terre
- 1 carotte
- 1 morceau de potiron
- 60cl d'eau
- 1/2 cuillère à café d'huile d'olive

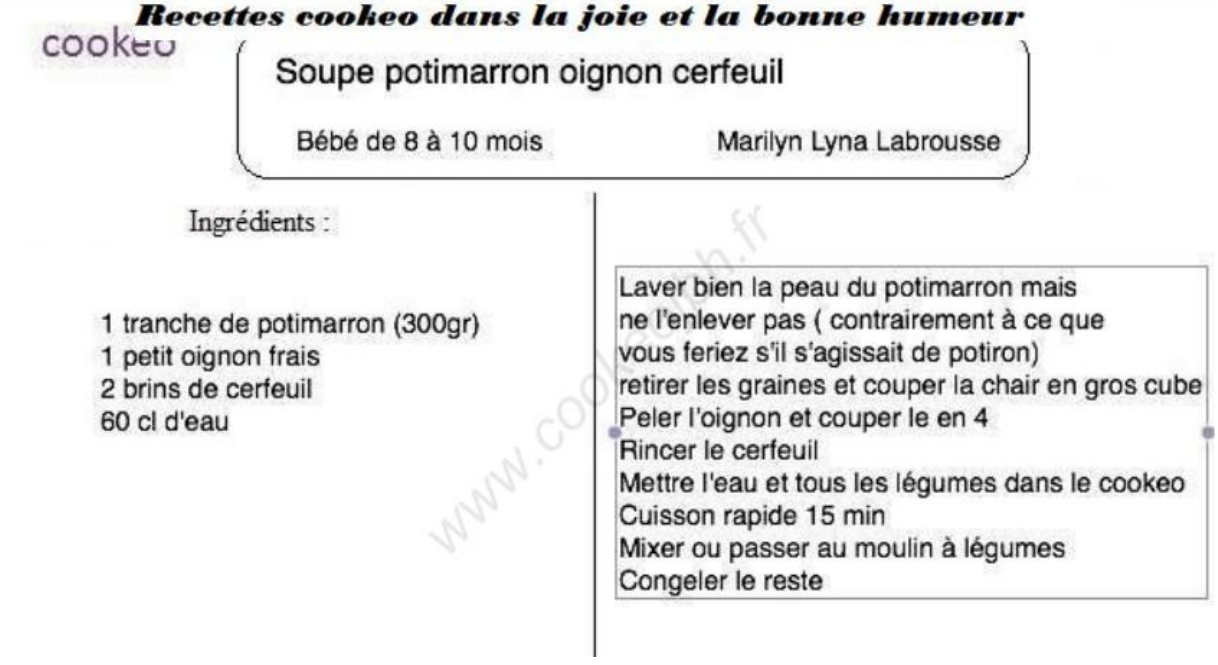
peler la carotte, la fendre dans le sens de la longueur et la détailler en rondelles
éplucher la pomme de terre, la couper en 4
retirer la peau du potiron et les graines
couper la chair en morceaux
mettre l'eau et les légumes dans le cookeo
cuisson rapide 15 min
mixer plus ou moins
prélever la quantité nécessaire pour l'enfant et ajouter l'huile d'olive
réserver le reste au congélateur !

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

www.cookeojhh.fr

cookeo

Soupe potimarron oignon



Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

cookeo

Soupe potimarron oignon cerfeuil

Bébé de 8 à 10 mois

Marilyn Lyna Labrousse

Ingrédients :

1 tranche de potimarron (300gr)
1 petit oignon frais
2 brins de cerfeuil
60 cl d'eau

Laver bien la peau du potimarron mais ne l'enlever pas (contrairement à ce que vous feriez s'il s'agissait de potiron)
retirer les graines et couper la chair en gros cube
Peler l'oignon et couper le en 4
Rincer le cerfeuil
Mettre l'eau et tous les légumes dans le cookeo
Cuisson rapide 15 min
Mixer ou passer au moulin à légumes
Congeler le reste

Soupe rouge

Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

cookeo

Soupe rouge

Bébé de 6 à 8mois

Marilyn Lyna Labrousse

Ingrédients :

Pour 2 à 4 repas :

-1 pomme de terre
-2 tomates
-60 cl d'eau
-1/2 cuillère à café d'huile d'olive

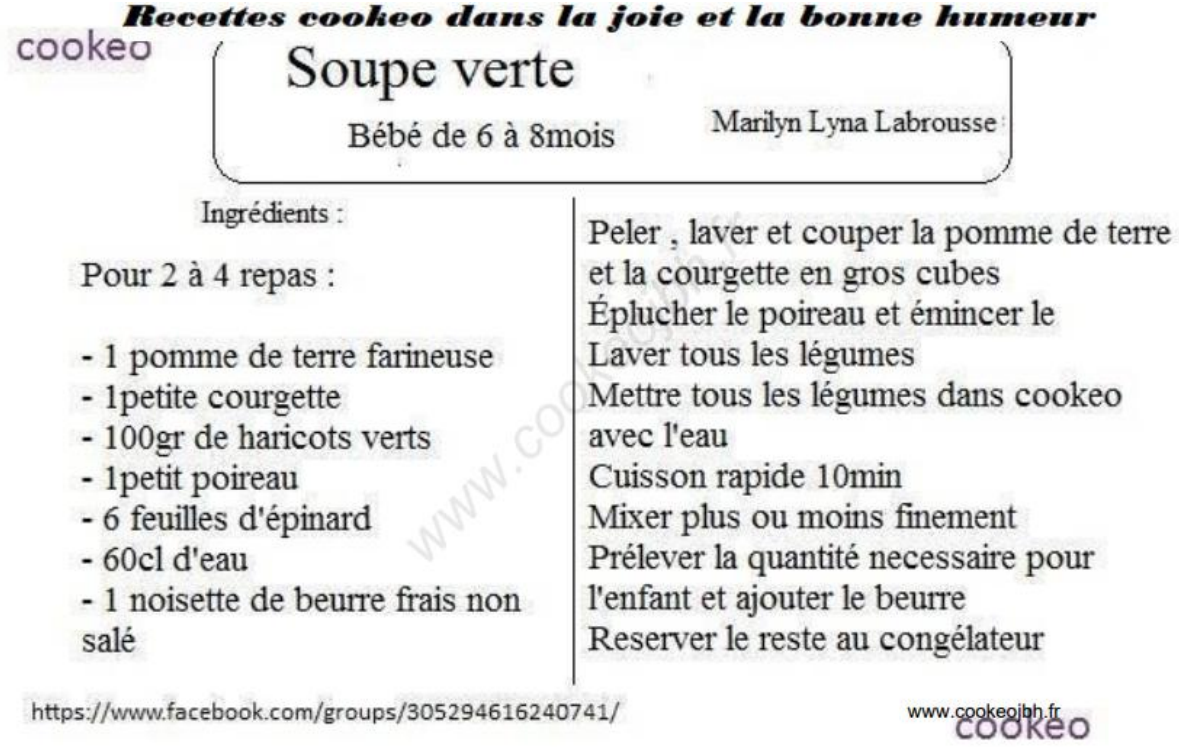
Peler la pomme de terre et la couper en 4
monder les tomates (ébouillanté quelques seconde dans l'eau et refroidir dans l'eau glacer puis enlevez la peau)
couper les tomates en 4, enlever les pépins
mettre l'eau les légumes dans le cookeo
cuisson rapide 8min
mixer plus ou moins finement
prélever la quantité nécessaire pour l'enfant et ajouter l'huile d'olive
congeler le reste

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

www.cookeojhh.fr

cookeo

Soupe verte



Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

cookeo

Soupe verte

Bébé de 6 à 8mois

Marilyn Lyna Labrousse

Ingrédients :

Pour 2 à 4 repas :

- 1 pomme de terre farineuse
- 1petite courgette
- 100gr de haricots verts
- 1petit poireau
- 6 feuilles d'épinard
- 60cl d'eau
- 1 noisette de beurre frais non salé

Peler , laver et couper la pomme de terre et la courgette en gros cubes
Éplucher le poireau et émincer le
Laver tous les légumes
Mettre tous les légumes dans cookeo avec l'eau
Cuisson rapide 10min
Mixer plus ou moins finement
Prélever la quantité necessaire pour l'enfant et ajouter le beurre
Reserver le reste au congélateur

https://www.facebook.com/groups/305294616240741/

www.cookeojhh.fr

cookeo