

my **Cookeo**

---

# **Les 15 Recettes Cookeo les plus populaires**

---

**Livre de recettes**

# Sommaire

---

- Filet mignon ..... 3
- Risotto ..... 4
- Couscous ..... 5
- Paupiettes de Veau ..... 6
- Rôti de Porc ..... 7
- Blanquette de Veau ..... 8
- Boeuf Bourguignon ..... 9
- Ratatouille ..... 10
- Cuisses de Poulet ..... 11
- Pot au feu ..... 12
- Poulet Basquaise ..... 13
- Tartiflette ..... 14
- Marmite Espagnole ..... 15
- Saucisses Lentilles ..... 16
- Carbonade Flamande ..... 17

# Filet mignon

Temps de préparation + cuisson : **40 min**

## Ingrédients :

Pour **4 personnes**

- 1 filet mignon de porc (environ 800g)
- 160g de champignons de Paris (frais ou surgelés)
- 4 pommes de terre
- 1 oignon
- 3 carottes
- 250g de crème fraîche
- 180ml d'eau
- 1 cube de bouillon de boeuf
- 4 cuillères à café de moutarde
- huile d'olive
- sel / poivre

### Étape 1

Démarrer votre robot cuiseur et lancer le mode « Dorer »  
=> Préchauffage se met en route

### Étape 2

Couper les champignons en lamelles.  
Éplucher et découper les pommes de terre en morceaux et les carottes en rondelles.  
Tailler le filet mignon en tranches de 2cm de largeur.  
Émincer l'oignon.

### Étape 3

Lorsque le préchauffage est terminé, verser un filet d'huile d'olive et faire revenir la viande pendant 5 minutes. Retourner à mi-cuisson pour dorer les 2 cotés.

### Étape 4

Sortir les tranches de filet mignon et les remplacer par les morceaux de pommes de terre, les rondelles de carottes, les lamelles de champignons et l'oignon.  
Faire revenir pendant 5 minutes.  
Mélanger régulièrement.

### Étape 5

Remettre la viande dans la cuve et ajouter l'eau, le cube de bouillon de boeuf et la moutarde.  
Assaisonner à votre goût.

### Étape 6

Lancer le mode "Cuisson sous pression"  
Temps de cuisson : 15 minutes

### Étape 7

Lorsque la cuisson est terminée, verser la crème fraîche dans la cuve et mélanger doucement.

### Étape 8

Lancer le mode "Maintien au chaud" pendant 10min pour laisser la sauce épaissir. Remuer de temps en temps. Servir.

# Risotto

Temps de préparation + cuisson : **25 min**

## Ingrédients :

Pour **4 personnes**

- 250g de riz Arborio (riz spécial pour Risotto)
- 300g de champignons frais ou en conserve
- 100g de parmesan râpé
- 150ml de crème fraîche liquide
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 750ml d'eau
- 2 branches de persil
- 1 cube de bouillon de légumes
- huile d'olive
- sel / poivre

### Étape 1

Démarrer votre robot cuiseur et lancer le mode « Dorer »  
=> Préchauffage se met en route

### Étape 2

Émincer l'ail et l'oignon.  
Découper les champignons en morceaux ou en lamelles, comme vous préférez. Laver et ciseler le persil.

étape suivante

### Étape 3

Lorsque le préchauffage est terminé, verser un filet d'huile d'olive et faire revenir l'ail, l'oignon et les champignons pendant 3 minutes.

### Étape 4

Une fois les ingrédients bien dorés, vider la préparation dans une assiette et réserver jusqu'à l'étape 7.

### Étape 5

Verser l'eau et le riz dans la cuve.  
Rajouter le cube de bouillon de légumes.

### Étape 6

Lancer le mode "Cuisson sous pression".  
Temps de cuisson : 12 minutes

### Étape 7

Lorsque la cuisson est terminée, ouvrir le couvercle et verser la moitié des champignons/ail/oignons, la moitié de la crème fraîche, la moitié du parmesan et la moitié du persil. Bien mélanger.

### Étape 8

Lancer le mode "Maintien au chaud".  
Laisser mijoter pendant 2 minutes.

### Étape 9

Rajouter le reste des ingrédients : champignons, ail, oignons, crème fraîche, parmesan et persil.  
Mélanger vigoureusement pour obtenir une préparation homogène.

### Étape 10

Laisser mijoter 2 minutes.  
Assaisonner à votre goût. Servir bien chaud.

# Couscous

Temps de préparation + cuisson : **30 min**

## Ingrédients :

Pour **4 personnes**

- 4 pilons de poulet  
\_\_\_\_\_
- 4 merguez  
\_\_\_\_\_
- 1 tomate  
\_\_\_\_\_
- 1 oignon  
\_\_\_\_\_
- 1 courgette  
\_\_\_\_\_
- 3 carottes  
\_\_\_\_\_
- 3 navets  
\_\_\_\_\_
- 100g de pois chiches en conserve  
\_\_\_\_\_
- 1 cuillère à soupe de Raz El Hanout  
\_\_\_\_\_
- 1 cube de bouillon de volaille  
\_\_\_\_\_
- eau  
\_\_\_\_\_
- huile d'olive  
\_\_\_\_\_
- sel / poivre

### Étape 1

Démarrer votre robot cuiseur et lancer le mode « Dorer »  
=> Préchauffage se met en route

### Étape 2

Découper la tomate, la courgette, les navets et les carottes en morceaux.  
Émincer l'oignon.

### Étape 3

Lorsque le préchauffage est terminé, verser un filet d'huile d'olive et faire revenir les pilons de poulet pendant 5 minutes.  
Les retourner plusieurs fois pendant la cuisson pour dorer tous les côtés.

### Étape 4

Sortir le poulet et le remplacer par les 4 merguez et l'oignon.  
Faire revenir pendant 5 minutes.  
Retourner les merguez à mi-cuisson.

### Étape 5

Remettre le poulet dans la cuve et ajouter tous les légumes et le cube de bouillon de volaille.  
Saupoudrer une cuillère à soupe de Raz El Hanout et assaisonner à votre goût.

### Étape 6

Remplir la cuve d'eau jusqu'à recouvrir entièrement la viande et les légumes.

### Étape 7

Lancer le mode "Cuisson sous pression"  
Temps de cuisson : 15 minutes

### Étape 8

Lorsque la cuisson est terminée, laisser reposer quelques minutes, puis servir avec de la semoule (préparation à part - suivre les instructions de préparation inscrites sur le paquet).

# Paupiettes de veau

Temps de préparation + cuisson : **25 min**

## Ingrédients :

Pour **4 personnes**

- 4 paupiettes de veau
- 150g de champignons de Paris en conserve
- 200g de crème fraîche
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 400ml d'eau
- herbes de Provence
- huile d'olive
- sel / poivre

### Étape 1

Démarrer votre robot cuiseur et lancer le mode « Dorer »  
=> Préchauffage se met en route

### Étape 2

Émincer l'ail et l'oignon.  
Si vous utilisez des champignons entiers, les découper en lamelles.

### Étape 3

Lorsque le préchauffage est terminé, verser un filet d'huile d'olive et faire revenir les paupiettes et l'oignon pendant 5 minutes.  
Retourner les paupiettes plusieurs fois pour dorer tous les côtés.

### Étape 4

Verser les champignons, l'eau, l'ail, ajouter une pincée d'herbes de Provence et assaisonner à votre goût.

### Étape 5

Lancer le mode "Cuisson sous pression"  
Temps de cuisson : 13 minutes

### Étape 6

Une fois la cuisson terminée, ouvrir le couvercle et verser la crème fraîche en remuant la préparation.  
Une fois la crème fraîche incorporée, lancer le mode « Maintien au chaud » et laisser mijoter quelques minutes.  
Vérifier l'assaisonnement avant de servir avec des pâtes ou une purée de pommes de terre.

# Rôti de porc

Temps de préparation + cuisson : **35 min**

## Ingrédients :

Pour **4 personnes**

- 1 Rôti de porc (environ 800g)
- 3 champignons frais (ou 2 poignées de lamelles surgelées)
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- 250ml d'eau
- 1 cube de bouillon de volaille
- huile d'olive
- sel / poivre

### Étape 1

Démarrer votre robot cuiseur et lancer le mode « Dorer »  
=> Préchauffage se met en route

### Étape 2

Émincer l'ail et les oignons.  
Tailler les champignons en lamelles.

### Étape 3

Lorsque le préchauffage est terminé, verser un filet d'huile d'olive et faire revenir la viande, les oignons, l'ail et les champignons pendant 5 minutes.  
Tourner le rôti régulièrement pour qu'il soit légèrement grillé sur toute sa surface.

### Étape 4

Verser l'eau et ajouter le cube de bouillon de volaille.  
Assaisonner à votre goût, et mélanger le tout.

### Étape 5

Lancer le mode "Cuisson sous pression"  
Temps de cuisson : 25 minutes

### Étape 6

Lorsque la cuisson est terminée, laisser reposer pendant 2 minutes.  
Servir avec des pommes de terre ou des pâtes.

# Blanquette de veau

Temps de préparation + cuisson : **35 min**

## Ingrédients :

Pour **4 personnes**

- 800g de viande de veau pour blanquette
- 3 carottes
- 100g de champignons de Paris en conserve
- 1 oignon
- 200g de crème fraîche
- 200ml d'eau
- 1 cube de bouillon de volaille
- 2 cuillères à soupe de farine
- 1 jaune d'oeuf
- huile d'olive
- sel / poivre

### Étape 1

Démarrer votre robot cuiseur et lancer le mode « Dorer »  
=> Préchauffage se met en route

### Étape 2

Émincer l'oignon.  
Éplucher et tailler les carottes en rondelles.  
Découper la viande en morceaux de 3cm de côté.

### Étape 3

Lorsque le préchauffage est terminé, verser un filet d'huile d'olive et faire revenir la viande pendant 4 minutes.  
Mélanger régulièrement.

### Étape 4

Sortir la viande et remplacer par les carottes, les champignons et l'oignon. Faire revenir pendant 4 min.  
Mélanger régulièrement pour dorer tous les ingrédients.

### Étape 5

Remettre la viande dans la cuve et ajouter l'eau et le cube de bouillon de volaille.  
Assaisonner à votre goût, et mélanger le tout.

### Étape 6

Lancer le mode "Cuisson sous pression"  
Temps de cuisson : 18 minutes

### Étape 7

Lorsque la cuisson est terminée, retirer la moitié du bouillon et verser la crème et le jaune d'oeuf dans la cuve.

### Étape 8

Mélanger doucement pour incorporer à la préparation de façon homogène.  
Vérifier l'assaisonnement.

### Étape 9

Laisser reposer pendant 2 minutes, puis servir avec du riz ou des pâtes.

# Boeuf bourguignon

Temps de préparation + cuisson : **50 min**

## Ingrédients :

Pour **4 personnes**

- 800g de viande de boeuf pour bourguignon
- 100g de lardons
- 1 gros oignon
- 1 gousse d'ail
- 300g de champignons en conserve
- 2 carottes
- 300ml de vin rouge
- 100ml d'eau
- 2 cuillères à soupe de farine
- 1 bouquet garni
- huile d'olive
- sel / poivre

### Étape 1

Démarrer votre robot cuiseur et lancer le mode « Dorer »  
=> Préchauffage se met en route

### Étape 2

Émincer l'ail et l'oignon.  
Éplucher et découper les carottes en rondelles.  
Tailler la viande en cubes de 3cm de côté.

### Étape 3

Lorsque le préchauffage est terminé, verser un filet d'huile d'olive et faire revenir la viande et les lardons pendant 4min.  
Mélanger régulièrement pour dorer tous les morceaux de bœuf.

### Étape 4

Ajouter l'oignon, l'ail, les rondelles de carottes et les champignons, puis faire revenir 3 minutes de plus. Mélanger.

### Étape 5

Verser le vin, l'eau, saupoudrer la farine et déposer le bouquet garni sur la préparation.  
Assaisonner à votre goût et remuer la préparation.

### Étape 6

Lancer le mode "Cuisson sous pression"  
Temps de cuisson : 35 minutes

### Étape 7

Lorsque la cuisson est terminée, laisser reposer quelques minutes avant d'ouvrir le couvercle.  
Bien mélanger, vérifier l'assaisonnement et servir avec des pommes de terre à la vapeur ou en purée.

# Ratatouille

Temps de préparation + cuisson : **30 min**

## Ingrédients :

Pour **4 personnes**

- 3 aubergines

- 3 courgettes

- 5 tomates

- 1 poivron

- 2 oignons

- 2 gousses d'ail

- 150ml d'eau

- herbes de Provence

- huile d'olive

- sel / poivre

### Étape 1

Démarrer votre robot cuiseur et lancer le mode « Dorer »  
=> Préchauffage se met en route

### Étape 2

Émincer l'ail et l'oignon.  
Découper les aubergines et les tomates en morceaux.  
Tailler les courgettes en rondelles.  
Nettoyer, vider et couper le poivron en fines lamelles.

### Étape 3

Lorsque le préchauffage est terminé, verser un filet d'huile d'olive et faire revenir les oignons pendant 2 minutes.

### Étape 4

Ajouter l'ail, les aubergines, les courgettes, le poivron et les tomates. Dorer pendant 5 minutes.  
Mélanger régulièrement.

### Étape 5

Verser l'eau et saupoudrer une pincée d'herbes de Provence.  
Assaisonner à votre goût, et mélanger le tout.

### Étape 6

Lancer le mode "Cuisson sous pression"  
Temps de cuisson : 8 minutes

### Étape 7

Lorsque la cuisson est terminée, laisser reposer pendant 2 minutes.  
Servir avec du riz.

# Cuisses de poulet

Temps de préparation + cuisson : **35 min**

## Ingrédients :

Pour **4 personnes**

- 4 cuisses de poulet
- 1 oignon
- 1 branche de thym
- 200ml d'eau
- huile d'olive
- sel / poivre

### Étape 1

Démarrer votre robot cuiseur et lancer le mode "Dorer"  
=> Préchauffage se met en route.

### Étape 2

Émincer l'oignon.

### Étape 3

Lorsque le préchauffage est terminé, verser un filet d'huile d'olive et faire revenir le premier coté des cuisses de poulet pendant 4 minutes.

### Étape 4

Retourner les cuisses pour dorer le 2ème coté et rajouter les oignons.  
Faire revenir pendant 4 minutes.

### Étape 5

Verser l'eau dans la cuve.  
Déposer la branche de thym sur la viande.  
Assaisonner à votre goût.

### Étape 6

Lancer le mode "Cuisson sous pression".  
Temps de cuisson : 20 minutes

### Étape 7

Lorsque la cuisson est terminée, laisser reposer pendant 2 minutes avant de servir accompagnées de pommes de terre ou de riz.

# Pot au feu

Temps de préparation + cuisson : **45 min**

## Ingrédients :

Pour **4 personnes**

- 600g de viande de bœuf pour pot au feu (jarret, paleron,...)
- 4 carottes
- 5 pommes de terre
- 2 oignons
- 2 navets
- 2 poireaux
- 1 branche de céleri
- 1 bouquet garni
- eau
- 1 cube de bouillon de volaille
- huile d'olive
- sel / poivre

### Étape 1

Démarrer votre robot cuiseur et lancer le mode « Dorer »  
=> Préchauffage se met en route

### Étape 2

Tailler la viande en cubes de 3cm de côté.  
Émincer l'oignon.  
Éplucher et découper les pommes de terre, les carottes et les navets en gros morceaux.  
Tailler les poireaux pour ne garder que le blanc puis les couper en gros morceaux.  
Préparer les tiges de céleri, retirer les filaments puis couper en rondelles.

### Étape 3

Lorsque le préchauffage est terminé, verser un filet d'huile d'olive et faire revenir la viande et les oignons pendant 5 minutes.  
Mélanger de temps en temps.

### Étape 4

Ajouter tous les légumes.  
Déposer le bouquet garni par-dessus.  
Recouvrir d'eau et ajouter le cube de bouillon de volaille.  
Assaisonner à votre goût.

### Étape 5

Lancer le mode "Cuisson sous pression"  
Temps de cuisson : 35 minutes

### Étape 6

Lorsque la cuisson est terminée, laisser reposer pendant quelques minutes avant de servir.

# Poulet Basquaise

Temps de préparation + cuisson : **30 min**

## Ingrédients :

Pour **4 personnes**

- 4 cuisses (ou pilon) de poulet
- 200g de tomates (fraîches ou en conserve)
- 3 poivrons (la couleur que vous préférez)
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 200ml d'eau
- 1 cube de bouillon de volaille
- 1 bouquet garni
- 1 pincée de piment d'Espelette
- huile d'olive
- sel / poivre

### Étape 1

Démarrer votre robot cuiseur et lancer le mode « Dorer »  
=> Préchauffage se met en route

### Étape 2

Émincer l'ail et l'oignon.  
Découper les tomates en petits dés.  
Nettoyer, vider et tailler les poivrons en fines lamelles.

### Étape 3

Lorsque le préchauffage est terminé, verser un filet d'huile d'olive et faire revenir le poulet pendant 5 min.  
Retourner chaque cuisse à mi-cuisson pour que les 2 cotés soit bien dorés et croustillants.

### Étape 4

Sortir le poulet et le déposer dans une assiette.  
Placer l'ail, l'oignon, les morceaux de tomates et les lamelles de poivrons dans la cuve.  
Faire revenir pendant 4 minutes en mélangeant régulièrement.

### Étape 5

Remettre le poulet dans la cuve.  
Verser l'eau et incorporer le cube de bouillon de volaille.  
Saupoudrer le piment d'Espelette, assaisonner à votre goût, puis déposer le bouquet garni par-dessus.

### Étape 6

Lancer le mode "Cuisson sous pression"  
Temps de cuisson : 13 minutes

### Étape 7

Lorsque la cuisson est terminée, laisser reposer quelques instants, puis vérifier l'assaisonnement.  
Servir avec du riz ou des frites.

# Tartiflette

Temps de préparation + cuisson : **30 min**

## Ingrédients :

Pour **4 personnes**

- 1 reblochon entier
- 1kg de pommes de terre
- 250g de lardons fumés
- 2 oignons
- 200ml de crème fraîche liquide
- huile d'olive
- sel / poivre

### Étape 1

Démarrer votre robot cuiseur et lancer le mode « Dorer »  
=> Préchauffage se met en route

### Étape 2

Éplucher et tailler les pommes de terre en fines rondelles.  
Émincer les oignons.  
Découper le reblochon en gros morceaux.

### Étape 3

Lorsque le préchauffage est terminé, verser un filet d'huile d'olive et faire revenir les pommes de terre, les oignons et les lardons pendant 5 minutes.  
Mélanger de temps en temps pour bien faire dorer tous les ingrédients.

### Étape 4

Verser la crème liquide et assaisonner à votre goût.

### Étape 5

Lancer le mode "Cuisson sous pression"  
Temps de cuisson : 12 minutes

### Étape 6

Lorsque la cuisson est terminée, ouvrir le couvercle et disposer les morceaux de reblochon sur le dessus de la préparation.

### Étape 7

Refermer le couvercle et lancer le mode "Maintien au chaud" pendant 5 minutes.

### Étape 8

Lorsque le fromage est bien fondu, servir immédiatement.

# Marmite espagnole

Temps de préparation + cuisson : **18 min**

## Ingrédients :

Pour **4 personnes**

- 4 escalopes de poulet
- 200g de lardons fumés
- 200g de riz
- 300ml d'eau
- 2 oignons
- 1 poivron
- 1 cuillère à café de paprika
- 1 cuillère à café de cumin
- 1 cuillère à café de safran
- 1 pincée de piment d'Espelette
- 1 cube de bouillon de volaille
- huile d'olive
- sel / poivre

### Étape 1

Démarrer votre robot cuiseur et lancer le mode « Dorer »  
=> Préchauffage se met en route

### Étape 2

Émincer les oignons.  
Découper le poulet en morceaux de 2cm de côté.  
Nettoyer, vider et tailler le poivron en petits dés.

### Étape 3

Lorsque le préchauffage est terminé, verser un filet d'huile d'olive et faire revenir les lardons, les oignons et le poulet pendant 5 minutes.  
Mélanger régulièrement pour dorer tous les ingrédients.

### Étape 4

Ajouter les rondelles de chorizo, puis verser le riz, l'eau et le cube de bouillon de volaille dans la cuve.  
Saupoudrer les épices.  
Assaisonner à votre goût.  
Bien mélanger.

### Étape 5

Lancer le mode "Cuisson sous pression"  
Temps de cuisson : 8 minutes

### Étape 6

Lorsque la cuisson est terminée, laisser reposer pendant quelques minutes, puis mélanger à nouveau avant de servir.

# Saucisses lentilles

Temps de préparation + cuisson : **30 min**

## Ingrédients :

Pour **4 personnes**

- 4 saucisses fumées
- 400g de lentilles vertes sèches
- 125g de lardons fumés
- 1 oignon
- 2 carottes
- 2 feuilles de laurier
- 1,2 litre d'eau
- huile d'olive
- sel / poivre

### Étape 1

Démarrer votre robot cuiseur et lancer le mode « Dorer »  
=> Préchauffage se met en route

### Étape 2

Émincer l'oignon.  
Éplucher et tailler les carottes en fines rondelles.  
Découper les saucisses en 3 morceaux.

### Étape 3

Lorsque le préchauffage est terminé, verser un filet d'huile d'olive et faire revenir les lardons, l'oignon et les saucisses pendant 5 minutes.  
Mélanger régulièrement pour faire dorer tous les ingrédients.

### Étape 4

Ajouter les rondelles de carotte, les lentilles, puis verser l'eau.  
Disposer les feuilles de laurier sur le dessus.  
Assaisonner à votre goût.

### Étape 5

Lancer le mode "Cuisson sous pression"  
Temps de cuisson : 17 minutes

### Étape 6

Lorsque la cuisson est terminée, laisser reposer quelques minutes, puis vérifier l'assaisonnement avant de servir.

# Carbonade Flamande

Temps de préparation + cuisson : **50 min**

## Ingrédients :

Pour **4 personnes**

- 600g de viande de boeuf  
(viande à bourguignon)
- 100g de lardons fumés
- 1 oignon
- 1 bière brune 33cl (type Guinness)
- 1 cuillère à soupe de farine
- 1 cuillère à soupe de sucre roux
- 1 bouquet garni
- Moutarde
- huile d'olive
- sel / poivre

### Étape 1

Démarrer votre robot cuiseur et lancer le mode « Dorer »  
=> Préchauffage se met en route

### Étape 2

Découper la viande en cubes de 3cm de côté.  
Émincer l'oignon.

### Étape 3

Quand le préchauffage est terminé, verser un filet d'huile d'olive et faire revenir la viande, les lardons et les oignons pendant 5 minutes.  
Saupoudrer de farine à mi-cuisson.  
Mélanger régulièrement.

### Étape 4

Verser la bière, le sucre roux, et ajouter une ou deux cuillères à soupe de moutarde.  
Assaisonner à votre goût puis déposer le bouquet garni par-dessus.

### Étape 5

Lancer le mode "Cuisson sous pression"  
Temps de cuisson : 40 minutes

### Étape 6

Une fois la cuisson terminée, laisser reposer pendant plusieurs minutes.  
Ouvrir le couvercle, mélanger la préparation puis vérifier l'assaisonnement.  
Servir avec des frites ou des pâtes.

# Pour aller plus loin



Découvrez notre livre de recettes :

*100 Recettes au Robot Cuiseur - Les plus populaires*

Pour en savoir plus, cliquez sur le lien suivant :

[www.mycomparatif.com/livre-recettes-cookeo](http://www.mycomparatif.com/livre-recettes-cookeo)