

## Fricassée de pommes de terre et de courgettes à la méditerranéenne ( Cookeo )



Un *accompagnement* parfait pour mon *filet de cabillaud à la dijonnaise* ( *recette à venir* ) et pour la simplicité et la rapidité confectionné avec l'aide de mon *Cookeo*.

Très bon.

Pour 4 pers / 3 pp par pers

- 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

Eplucher les pommes de terres, les laver et les couper en gros cubes.

Laver les courgettes et les couper en 2 puis dans le sens de la longueur et en rondelles.

Lancer le mode dorer du Cookeo et pendant le préchauffage faire dorer l'oignon émincé.

Une fois l'oignon doré rajouter les pommes de terre et les courgettes, le cœur de bouillon et l'eau.

Lancer une cuisson rapide pour 10 minutes.

A la fin de la cuisson rajouter des herbes de Provence, du sel, du poivre, mélanger le tout et servir.