



Colombo de dinde

LA CUISINE DE BOOMY



Pour 4 personnes / 10 spl par pers

- 600 gr de filet de dinde
- 1 cs d'huile d'olive
- 1/2 oignon
- 3 carottes
- 2 belles poignées de courgette surgelées
- 300 gr de patate douce
- 2 cs de colombo
- jus de citron
- 200 ml de lait de coco
- 100 ml d'eau
- sel, poivre
- coriandre

Éplucher les carottes et les patates douces. Couper les patates douces en cubes et les carottes en rondelles.

Verser l'huile dans la cuve du cookeo et faire chauffer en mode dorer. Faire revenir l'oignon émincé et la dinde coupée en dés. Rajouter du jus de citron (à votre convenance, une cuillère à café pour moi).

Ajouter les patates douces, les carottes et les courgettes, le colombo, le sel et le poivre.

Mélanger et verser l'eau.

Lancer une cuisson rapide pour 20 minutes.

En fin de cuisson verser le lait de coco dans la cuve et saupoudrer de coriandre.

Servir.