

# FRICASSEE DE POMMES DE TERRE ET DE COURGETTES (cookéo)



## Ingrédients :

- 500 g de pommes de terre
- 560 g de courgettes
- 1 gros oignon
- 1 c à c de pâte d'ail
- du thym
- 2 c à s d'huile d'olive
- 300 ml d'eau
- 1 cœur de bouillon de légumes
- sel, poivre
- herbes de Provence

## Préparation :

- éplucher 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 gros cubes
- émincer l'oignon
- utiliser le Cookeo en mode manuel
- choisir cuisson classique puis le mode dorer, la machine débute en préchauffage
- ajouter 2 c à s d'huile d'olive, puis l'oignon émincé, l'ail et le thym
- puis faire dorer pendant 3 minutes
- une fois l'oignon doré rajouter les pommes de terre et les courgettes, le cœur de bouillon, l'eau, le sel et le poivre
- choisir ensuite l'option cuisson sous pression pour 10 minutes
- rectifier l'assaisonnement puis servir

**Vous pouvez retrouver la recette de base sur le blog "[La Cuisine de Boomy](#)"**

*Si vous réalisez une de mes recettes, dites moi ce que vous en pensez afin que je puisse apporter des améliorations.*