

## FAUX CASSOULET EXPRESS (cookéo)



### Ingrédients :

- 2 cuisses de canard confit
- 1 oignon émincé
- 2 carottes en dés
- 1 grosse boîte de haricots blancs
- 2 c à s de concentré de tomate
- sel, poivre
- 3 c à s de persil
- 10 cl d'eau

### Préparation:

- essayez bien les cuisses de canard, coupez les en deux
- insérer la cuve dans l'appareil
- régler celui-ci sur le mode manuel, fonction cuisson classique, option dorer
- puis attendre la fin du préchauffage
- faire dorer le canard 3 minutes dans leur propre graisse avec les carottes et l'oignon émincé
- ajouter les haricots rincés, la persillade et le concentré dilué dans 10 cl d'eau, saler et poivrer
- revenir au mode manuel, cuisson sous pression et programmer la minuterie à 4 minutes, départ immédiat
- fermer et verrouiller

**Vous pouvez retrouver la recette dans le livre " Mon robot et moi, on cuisine comme ça !"**

**THERMOMINOUX 2017**

<http://thermominoux.over-blog.com>