

COURGETTE A LA CREME (COOKEO)



Ingrédients :

- 4 petites courgettes coupées en spirale
- 3 gousses d'ail finement haché
- 2 C a S de crème fraîche
- 2 c à s d'Huile d'olive
- Sel, poivre

Préparation:

- utiliser le Cookeo en mode manuel
- choisir cuisson classique puis le mode dorer, la machine débute en préchauffage
- à la fin du préchauffage, ajouter l'huile d'olive faire revenir les courgettes et l'ail en mode dorer 5 minutes
- Sans rajouter de liquide, prolonger la cuisson 3 minutes en mode sous pression
- A la fin de la cuisson, ajouter sel , poivre , 2 C a S de crème fraîche
- mélanger délicatement

Vous pouvez retrouver cette recette sur [Recettes Cookéo](#)

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