

HARICOTS VERTS A L'ITALIENNE AU COOKEO



Préparation :

- 500 g de haricots verts frais ou surgelés
- 250 g de tomates ou une grosse boîte de tomates pelées
- 30 g d'huile d'olive
- 1/2 oignon
- 2 gousses d'ail
- 1 bouquet garni (persil, thym)
- sel, poivre

Préparation :

- Nettoyer et préparer vos haricots verts si frais sinon décongeler les surgelés.
- Couper les tomates en morceaux si utilisation de tomates fraîches.
- Peler et ciseler l'oignon et les gousses d'ail.
- Dans le cookeo en mode dorer, faire revenir l'oignon, l'ail, le thym et les tomates dans l'huile d'olive pendant 5 minutes
- Puis ajouter les haricots, le persil.
- Assaisonner.
- Fermer le cookeo et passer en mode cuisson rapide et programmer pour 8 minutes.
- A la fin de la cuisson, laisser fondre une noix de beurre.

Vous pouvez retrouver la recette de base sur le blog de [Guigine Cuisine](#)

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

THERMOMINOX 2022

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