

POULET AUX SAVEURS DU SUD

La cuisine de Laëty

la-super-cuisine-de-laety.over-blog.com

Ingrédients : (6 personnes)

- 1kg haut de cuisse de poulet
- 1 gros oignon
- 280g de Poivrons
- 1CS d'huile d'olive
- 1CS de fond de veau
- 1cc Maïzena
- 500g Eau
- 190g de concentré de tomates
- Herbes de provence
- Sel et Poivre

Recette réalisée au Cookeo :

- > Emincer l'oignon et les poivrons
- > Mettre l'huile et l'oignon émincé dans la cuve
- > Dorer 2 Min
- > Rajouter le poulet
- > Assaisonner Sel et Poivre
- > Dorer 10 Min en remuant régulièrement
- > Rajouter les poivrons
- > Remuer et Dorer 4 Min en remuant régulièrement
- > Rajouter l'eau, le fond de veau, les herbes de
Provence et le concentré de tomate
- > Mélanger le tout
- > Programmer Sous Pression 15 Min
- > Mélanger et Server