

MIJOTÉ DE POULET ET DE PETITS POIS À LA TOMATE

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

ingrédients : (4 personnes)

- 4 Blanc de Poulet
- 1 grande boîte de petits pois
- 1 Oignon
- 1 CS Huile d'olive
- 3 Carottes
- 1 KubOr
- 1 boîte de concentré de tomates
- 300ml Eau
- Sel - Poivre
- 100g Allumettes de Bacon

Recette au Cookeo :

La-super-cuisine-de-Laety.over-blog.com

- > Emincer l'oignon > Eplucher et Couper les carottes
- > Mettre l'huile dans la cuve du Cookeo > Programmer en Mode Dorer
- > Rajouter l'oignon émincé > Dorer 2 Min
- > Couper le poulet en aiguillette > Rajouter le poulet dans la cuve
- > Assaisonner Sel et Poivre > Dorer 5 Min
- > Rajouter le bacon, les carottes, l'eau, le concentré de tomate, les petits pois, Emitter le KubOr et Mélanger
- > Programmer Sous Pression 5 Min > Server