

One Pot Rice Courgettes et Boeuf au Curry

La cuisine de Laëty

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

Ingrédients : (2 personnes)

- 300g Viande Hachée de Boeuf
- 3 Courgettes
- 2 Oignons
- 2CS Huile d'olive
- Sel + Poivre
- 200g Crème fraîche
- 1cc pâte Curry
- 1 Kubors
- 125g Riz

Recette au Cookeo :

- > Laver et Couper les Courgettes en rondelles
- > Emincer les oignons
- > Mettre l'huile, les oignons, les rondelles de courgettes et le Kubors émietté dans la cuve
- > Dorer 5 min en remuant régulièrement
- > Rajouter la viande hachée > Assaisonner Sel + Poivre > Mélanger
- > Rajouter le riz > Mélanger > Programmer Sous Pression 5min
- > Rajouter la crème fraîche et le Curry > Mélanger
- > Programmer Réchauffer 3 min > Servir