



Boulettes de boeuf aux poivrons Cookeo



PRÉPARATION
5 MIN



CUISSON
20 MIN



COUVERT
4 PERSONNES

Ingrédients

- 20 boulettes de boeuf
- 3 poivrons (1 rouge, 1 vert, 1 jaune)
- 1 oignon
- 1 boîte de concentré de tomate
- 20 cl de bouillon de volaille
- 1 c à soupe de miel
- 1 c à soupe d'huile d'olive
- Sel
- Poivre

Instructions

1. Nettoyer et couper les poivrons en fines lamelles . Émincer l'oignon.
2. Sélectionner le mode dorer du Cookeo, faire revenir les boulettes de boeuf jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.
3. Ajouter l'oignon et laisser colorer pendant 5 minutes en remuant de temps en temps.
4. Ajouter dans la cuve du Cookeo les poivrons coupés en lamelles, le miel, le concentré de tomates et le bouillon de volaille.
5. Saler et poivrer puis passer le Cookeo en mode cuisson rapide ou sous pression pendant 10 min.