

One Pot Saumon Riz Courgettes au Cookéo

Cuisine, Plats, poisson

La Biscothèque



TEMPS DE PRÉPARATION

5 min



TEMPS DE CUISSON

6 min



TYPE DE PLAT

Plat complet



CATÉGORIE

Plats, poisson.



Votre texte de paragraphe

INGRÉDIENTS

- 1 oignon émincé
- 250 g de courgettes en dés
- 100 g de petits pois frais ou surgelés
- 100 g de riz
- 30 cl d'eau
- 1 cube de bouillon de légumes
- 200 g de pavé de saumon en dés
- 2 cuillères à soupe de coriandre hachée
- ½ cuillère à soupe de curcuma
- un léger filet d'huile d'olive
- sel et poivre



PRÉPARATION

- 1 préparer les ingrédients, puis faire légèrement dorer l'oignon avec l'huile d'olive dans la cuve du Cookéo
- 2 ajouter les autres ingrédients en finissant par le saumon
- 3 cuire sous pression 6 minutes
- 4 maintenir au chaud jusqu'au moment de déguster

