

Saute De Veau A La Tomate Au Cookéo



Ingrédients

1 kg de veau à blanquette - huile d'olive - . 2 oignons - 3 gousses d'ail - . 3 à 4 carottes - 8 pommes de terre - 2 Cuill à soupe de farine - 1 petite boîte de concentré de tomates - 1 bouquet garni - sel - poivre - 250 ml de vin blanc et autant d'eau

Préparation

Dans une cocotte ou le cookéo mettez l'huile d'olive à chauffer.

- Ajoutez les morceaux de viande, farinez et faites revenir une dizaine de minutes en mélangeant. Epluchez les gousses d'ail, les oignons et ciselez-les.

- Pelez les carottes et les pommes de terre, lavez-les et coupez-les.

- Quand la viande a bien roussi, ajoutez les morceaux de carottes, de pommes de terre, l'ail, l'oignon, le bouquet garni.

Mélangez. Ajoutez le concentré de tomates, le vin blanc et l'eau. Salez, poivrez, remuez.

- Lancez le mode cuisson sous pression pendant 40 min, il faudra prolonger la cuisson en cocotte traditionnelle.