

L'OMNICUISEUR Vitalité®

Facile, sain et savoureux... au quotidien !



Difficulté : facile



Pour 4/6 personnes



Durée totale : 35 min



Temps de préparation : 5 min



Temps de cuisson : 30 min

Matériel :

Vitalité 6000

Grande cocotte + panier vapeur

Ingrédients :

- 1,8 kg de langoustines vivantes
- 2 branches de thym
- 1 branche de romarin
- 2 feuilles de laurier
- Poivre du moulin
- 20 cl d'eau

Cuisson : 30 min
pour des langoustines vivantes
(petites à moyennes) et 35 à 40 min
pour des langoustines fraîches (glacées)

Inversion à 15 min

HAUT : mini

BAS : maxi

Les temps de cuisson du Vitalité 6000 et du Vitalité 5000 sont quasi-similaires. Pour adapter le Vitalité 6000 au 4000, les quantités sont à réduire de moitié. Les temps de cuisson sont similaires. Les recettes du V4000 sont réalisables avec le V3000 car ils ont la même puissance, en revanche le plat du V3000 est légèrement plus petit.

NEWSLETTER : MAI 2016

Langoustines à la vapeur d'herbes aromatiques

1 Versez 20 cl d'eau au fond de la cocotte, ajoutez les herbes aromatiques ainsi qu'un peu de poivre.

2 Mettez les langoustines dans le panier vapeur et installez celui-ci dans la cocotte.

3 Fermez et mettez en cuisson.

Avant cuisson



Avantage :

Cuisson parfaite.
Les langoustines ne
sont pas gorgées
d'eau comme dans
un court-bouillon,
elles sont très
moelleuses !

