



L'OMNICUISEUR Vitalité®

Facile, sain et savoureux... au quotidien !



Difficulté : facile



Pour 6/8 personnes



Durée totale : 1h25



Temps de préparation : 10 min



Temps de cuisson : 60 min

Matériel :

Vitalité 6000 et sa cocotte de base

Ingrédients :

- 1 pintade de 1,5 kg
- 600 g de choux de Bruxelles frais
- 3/4 d'un bocal de châtaignes
- 100 g de lardons
- 1 gousse d'ail épluchée et dégermée
- Huile d'olive
- Sel, poivre du moulin

Cuisson : 60 min

Inversion à 20 min

HAUT : maxi

BAS : maxi 20 min puis mini

Attente : 15 min
(pour réchauffer les châtaignes)

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.



Pintade aux choux de Bruxelles

1 Assaisonnez l'intérieur de la pintade, posez-la dans la cocotte, bien l'aplatir afin qu'elle ne touche pas le couvercle.

2 Enduisez-la d'un peu d'huile d'olive pour la coloration.

3 Déposez autour de la pintade les choux de Bruxelles frais, les lardons et la gousse d'ail.

4 Ajoutez les châtaignes à la fin de la cuisson et attendez 15 min avant de servir pour qu'elles se réchauffent.

Remarques :

La pintade est extrêmement moelleuse et les choux de Bruxelles sont savoureux.

