Cuisses de poulet et légumes de printemps au Varoma

Un plat complet cuit en une seule fois : poulet, carottes et petits pois vapeur, avec du riz dans le bol. Léger et sans prise de tête.

4 personnes	15 min préparation	35 min cuisson	50 min au total	facile niveau

Ingrédients

- 4 cuisses de poulet sans peau
- 300 g de carottes nouvelles
- 200 g de petits pois
- 200 g de riz basmati
- 700 ml d'eau
- 1 c. à soupe de herbes de Provence
- 2 c. à café de sel
- 15 g de huile d'olive

Préparation

1. Verser l'eau et 1 c. à café de sel dans le bol.
2. Placer le riz rincé dans le panier de cuisson et l'installer dans le bol.
3. Disposer les cuisses assaisonnées d'herbes dans le Varoma, les carottes et les petits pois dans le plateau supérieur.
4. Fermer et cuire à la vapeur.
   35 min / Varoma / vitesse 2
5. Arroser les légumes d'huile d'olive et servir avec le riz.

Le conseil de Tiha
Pour des cuisses bien dorées, passe-les 3 minutes sous le gril du four après la cuisson.

Conservation : 2 jours au réfrigérateur.