Haricots géants

Les haricots géants ou “gigantes” en grec sont moelleux et goûtus ! En grèce, on les déguste avec des salaisons de poisson et un petit verre d'ouzo ou de tzipouro.

Ingrédients

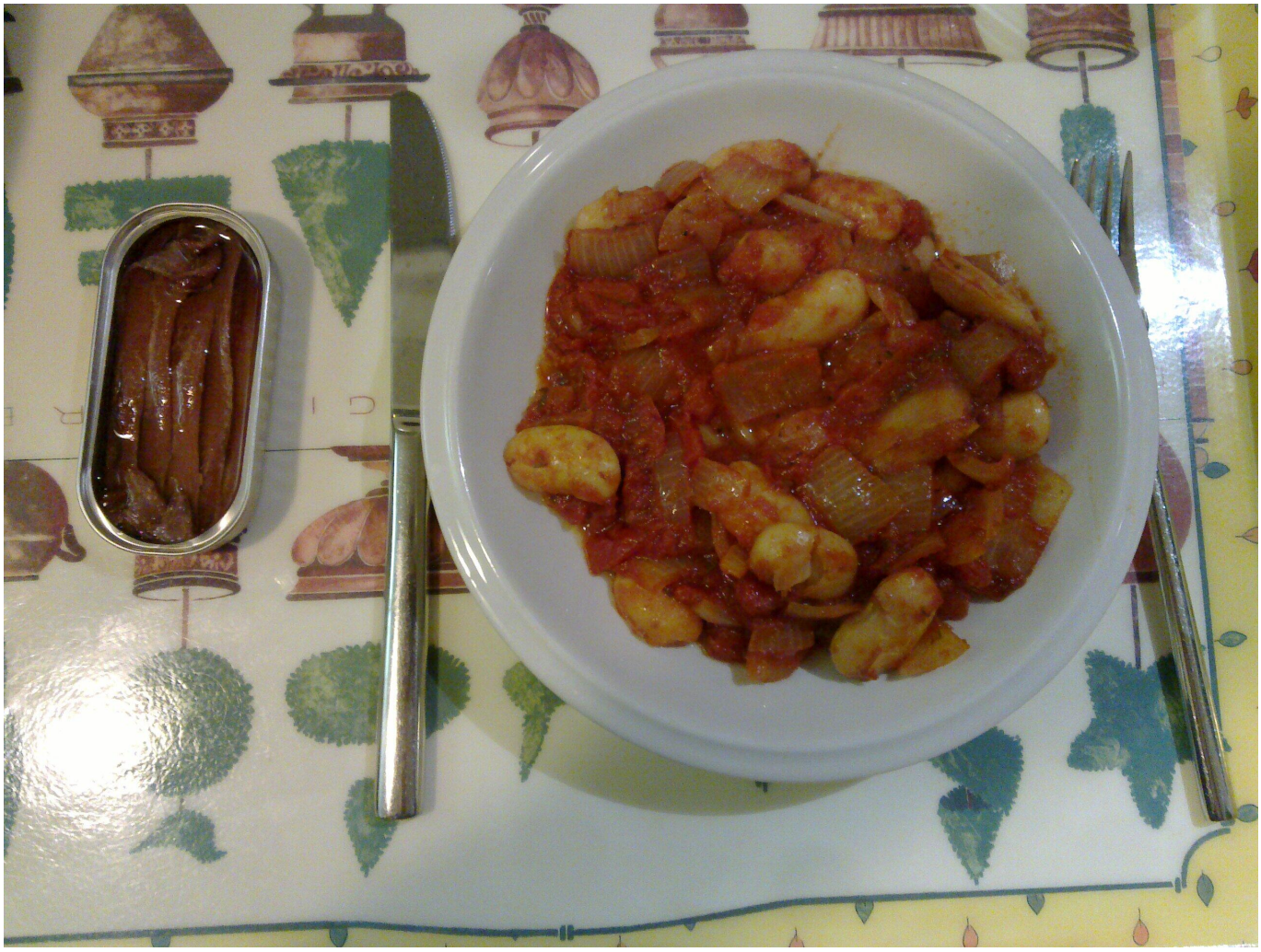
Pour 4 personnes

- 1 grande tasse de haricots que l'on laisse tremper 24 h
- 3 grande tasse d'eau
- 2 boîtes de pelati
- 3 gros oignons
- 6 gousses d'ail
- 1 cube de bouillon de légumes (ou de poule)
- huile d'olive
- sel (marin)
- poivre
- origan

Progression

1. On met dans la casserole les haricots et on les recouvre d'eau, on ajoute le bouillon.
2. On met à cuire pendant 1,5 à 2 h - on vérifie de temps en temps s'il reste de l'eau et si les haricots son devenus tendre.
3. À la fin de la cuisson, il doit rester un peu de jus que l'on réserve.

4. On fait suer les oignons coupés en gros morceaux dans une grande poêle.
5. On ajoute les gousses d'ail éfilée, les pelati et l'origan, on sale et poivre. On laisse mijoter 5 minutes.
6. On préchauffe le four à 230 °C
7. On prends un plat qui va au four et on verse les haricots et la sauce tomate, on remue bien.
8. On cuit pendant 30 à 40 minutes en vérifiant s'il reste un peu d'eau de temps en temps.



légumineuses, grec

From:
https://yacs.breguet-lettres.ch/ - **YACS**

Permanent link:
https://yacs.breguet-lettres.ch/doku.php?id=recettes:haricots_geants

Last update: **2014/09/28 12:22**