



Haricots Frais à L'Huile D'Olive A La Cocotte-Minute

Düdüklüde Zeytinyağlı Taze Fasulye



1,5 kg. d'haricots verts
2 oignons
4 tomates
5 piments vert
2 gousses d'ail
1,5 tasse d'huile d'olive
1 cuillère à café de sel
1 cuillère à café de sucre en poudre
Pour la garniture;
8-10 brins de persil

- # Coupez les haricots à la grandeur que vous le voulez. Hachez finement les ails et les oignons. Sortez les pépins des piments. Coupez gros.
- # Mettez les ingrédients dans une cocotte-minute, saupoudrez du sel et du sucre. Mélangez jusqu'à que les haricots se détendent.
- # Rajoutez sur le mélange de haricots, les tomates coupés en petit morceaux. Ne mélangez pas.
- # Rajoutez enfin de l'huile d'olive et fermez la cocotte-minute.
- # Placez la cocotte-minutes à haute température, quand la goupille sort de la cocotte-minute, laissez cuire encore 7 minutes.
- # Laissez refroidir dans la cocotte-minute, puis prenez dans une assiette, saupoudrez du persil haché finement, puis ramenez à table.

N-B: Le fait de mélanger les ingrédients avant la cuisson, permet aux ingrédients absorber le goût à 'intérieur.