



Haricot Frais A La Viande

Etili Taze Fasulye



1 kg de haricots
350 gr de viande d'agneau
4 poivrons frais
2 oignons
1 cuillère à soupe de pâte de tomate
2 tomates
1,5 tasse de thé d'huile de tournesol
1 tasse d'eau chaude
sel

- # Nettoyez les haricots puis coupez en quelques morceaux. Sortez les pépins des piments et coupez en gros. Hachez les oignons finement. Épluchez la peau des tomates puis coupez en petit morceaux.
- # Faites cuire l'oignon dans l'huile. Rajoutez la viande puis laissez cuire jusqu'à que son liquide apparait.
- # Rajoutez de la pâte de tomate, tournez 1-2 fois puis rajoutez les tomates et du sel. Faites cuire jusqu'à que les tomates perdent leur formes.
- # Rajoutez les haricots et les piments ensemble, mélangez et fermez la casserole puis faites cuire à haute température pendant 5 minutes.
- # Rajoutez de l'eau chaude. Refermez la casserole puis laissez cuire à moyenne température pendant 45 minutes.
- # Vous pouvez ramener à table après 15 minutes.

N-B; Il est conseillé d'utiliser des haricots plat pour recette.