



Haricots Méditerranéen

Akdeniz Fasulyesi



750 gr. de haricots frais
3 oignons
3 gousses d'ail
3 poivrons
3 tomates
1,5 tasse d'huile d'olive
1 cuillère à soupe de vinaigre
1 cuillère à café de sucre de
1 cuillère à café de sel
1 tasse d'eau

- # Lavez les haricots, prenez les arêtes et mes têtes. Puis coupez à la largeur du pouce en diagonale.
- # Hachez les oignons et les ails puis mélangez. Épluchez la peau des tomates. Enlevez les pépins des piments puis coupez en petit morceaux.
- # Mettez de l'huile d'olive au fond de la casserole, placez la moitié du mélange d'oignon et d'ails. Rajoutez la moitié des haricots.
- # Rajoutez entièrement le mélange de piment et de tomates. Rajoutez les haricots, les oignons et les ails qui reste.
- # Saupoudrez du sel et du sucre. Versez du vinaigre et de l'huile d'olive. Placez la casserole à moyenne température. Fermez le couvercle puis laissez cuire pendant 10 minutes sans eau.
- # Rajoutez de l'eau chaude, baissez la température, fermez me couvercle puis laissez cuire pendant ½ heure.
- # Laissez reposer 15 minutes dans la casserole puis mélangez.
- # Servez tiède ou froid.

N-B; Le vinaigre qui est utilisé permet de donner une couleur plus vive aux haricots.