



## Artichaut Au Haricot Intérieur

İç Baklalı Enginar



6 artichauts  
½ kg de fèves fraîches  
2 têtes d'ail frais  
1 carotte  
1 tomate  
½ bouquet d'aneth  
1 tasse d'huile d'olive  
1 cuillère à café de sel  
1 sucre de coupe  
Pour la surface:  
1 cuillère à soupe de farine  
1 citron  
2 tasses d'eau

- # Sortez l'intérieur des haricots. Épluchez les carottes.
- # Faites bouillir l'intérieur des haricots, les carottes et les artichauts séparément. (Rajoutez un peu de jus de citron dans les artichauts.)
- # Coupez les carottes en petit morceaux. Hachez l'aneth et le persil finement. Coupez les tomates en forme de cube.
- # Rajoutez l'intérieur des haricots, le sucre, l'huile d'olive et du sel. Mélangez l'ensemble.
- # Placez les feuilles d'artichauts dans une casserole avec des gestes rapide.
- # Placez le mélange sur les artichauts et sur les côtés.
- # Mélangez de la farine, du jus de citron et de l'eau. Versez dans la casserole.
- # Étalez du papier huilé sur la surface puis fermez le couvercle.
- # Faites cuire la casserole à moyenne température pendant ½ heure.
- # Servez tiède.

N-B; Si vous préparez cette recette avec des artichauts en conserve, il n'y a pas besoin de faire bouillir.