

Haricots plats à l'Algérienne (loubia b'sel / tomatiches)



Ingrédients – Convives : 4 – Préparation/précuisson : 20 min – Cuisson finale : 15 min



500g haricots plats



1 oignon moyen ciselé



Bte 400g de tomates



1 ail ciselé



1 branche de thym



4 càs H. d'olive



1 càs de paprika



Option : 1 cube

Préparation

1. Eplucher l'oignon et l'ail, les débiter finement. Les réserver séparément.
2. Equeuter les haricots plats, les couper en 4.
3. Les faire tremper 10 min dans de l'eau vinaigrée, puis les rincer et les égoutter.
4. Cuire les haricots plats 15 min dans 2L d'eau salée.
5. Option : avec un cube Or ou de volaille. Dans ce cas, NE PAS saler l'eau.
6. Egoutter les haricots, les rincer à l'eau froide pour qu'ils gardent leur couleur. Egoutter.
7. Mettre 4 càs d'huile d'olive dans une gamelle, faire chauffer jusqu'au frémissement.
8. Faire revenir l'oignon 5 min, rajouter les haricots plats. Remuer.
9. Faire suer le tout 10 min en remuant quelques fois pour que les haricots perdent de l'eau.
10. Rajouter les tomates concassées, la càs de paprika, l'ail et le thym.
11. Eventuellement, rajouter 1 verre d'eau, si cela vous semble trop dense.
12. Cuire à feu moyen 10 min, à couvert. Goûter la fermeté, sinon prolonger.
13. S'il y a trop de sauce, la faire réduire à petit feu à découvert.
14. Servir chaud, avec viande ou poisson, suivant votre goût. C'est vous le chef !

Nota : Ici, une boîte de 400g de tomates concassées. Les plantations ne sont pas faites en avril !

*** 14 avril 2021 ***