

Haricots

Haricots à la crème et fusillis

Ingrédients :	¾ lb	haricot coupés en tronçons
	2-3 c. à tb	beurre
	1 gousse	ail pressée
	200 ml	crème 15% cuisson
	440 g	fusillis
	1 ½ tasse	fromage râpé au choix
		sel et poivre

Méthode :

- Faire cuire les pâtes dans une grande casserole d'eau salée.
- Pendant ce temps, faire cuire les haricots dans l'eau bouillante salée durant 5-6 minutes. Égoutter et faire revenir dans un poêlon dans le beurre avec l'ail haché. Saler, poivrer et verser la crème. Réserver au chaud.
- Égoutter les pâtes, verser la préparation, le fromage, sel et poivre. Mélanger et server.

Haricots

Haricots vinaigrette aux œufs durs

Ingrédients :	2lb	haricot
	6	œufs durs hachés
	4	tomates en quartiers
	1 c.à tb	vinaigre balsamique
	3 c. à tb	huile d'olive
		ciboulette ou oignon vert haché
		sel et poivre

Méthode :

- Faire cuire les haricots dans l'eau bouillante salée, ils doivent rester un peu ferme. Égoutter.
- Émulsionner l'huile avec le vinaigre. Saler et poivrer. Ajoutez la ciboulette.
- Dresser les haricots sur un plat de service avec les tomates et les œufs. Arroser de vinaigrette au moment de servir.

Haricots

Salade de haricots verts et d'oranges

Ingrédients :	500g	haricots parés et blanchis
	2	oranges pelées à vif et séparées en quartiers
	2 c. à tb	amandes émincées et rôties
	2c. à tb	raisins secs ou canneberges séchées réhydratés dans l'eau
	4 c. à tb	huile d'olive
	2 c. à tb	vinaigre balsamique
		Sel et poivre du moulin

Méthode :

- Peler à vif les oranges, faire blanchir les haricots, faire rôtir les amandes à sec dans une poêle.
- Mélanger tous les ingrédients dans un saladier. Servir et déguster.