

HARICOTS VERTS TURCS MIJOTÉS à L'HUILE D'OLIVE



C'est un classique de la cuisine turque appelé Zeytinyağı Taze Fasulye (prononcé : zeytin-ya-luh tah-zeh fah-sool-yeh), ce qui signifie haricots verts mijotés à l'huile d'olive.

Infos

- **Temps de préparation:** 15 mins
- **Temps de cuisson:** 30 mins
- **Portions:** 4

Ingredients

- 500 g d'haricots verts
- 1 oignon moyen émincé
- 2-3 tomates fraîches pelées et hachées
- 3-4 cuillères à soupe d'huile d'olive (voire plus selon les goûts)
- 1 cuillère à café de sucre
- Sel, poivre
- Eau (juste pour couvrir les légumes)
- Jus de citron ou quelques gousses d'ail (facultatif)

Préparation

Etape 1

Faire revenir l'oignon dans l'huile d'olive (sans colorer).

Etape 2

Ajouter les haricots verts, les tomates, le sucre, le sel et un peu d'eau.

Etape 3

Couvrir et laisser mijoter doucement jusqu'à ce que les haricots soient tendres (30 à 45 min).

Etape 4

Laisser refroidir complètement dans la casserole.

Etape 5

Servir froid avec un filet d'huile d'olive et éventuellement un peu de citron.