Haricots blancs façon grand-mère

Plat chaud

Note : 1

Portions :6 parts

Difficulté : 2

Temps de préparation :120 min

Temps de cuisson/repos :75 min

Calories par portion : 267.333 Kcal

Charge glycémique par portion: 5.995

Les ingrédients

- 360.0 gr Haricot blanc (sec)
- 1.0 u Oignon
- 2.0 u Carotte
- 3.0 u gousse ail
- 3.0 cs Huile d'Olive
- 1.0 u Laurier feuille
- 1.0 cc Thym
- 1.0 p Sel
- 1.0 cs Crème Fraiche 30pc
- 1.0 cc Persil

Préparation des Haricots blancs
La veille, placer les haricots blancs dans un grand saladier et les recouvrir trés largement d'eau froide. Les laisser à tremper au minimum toute une nuit afin qu'ils gonflent. Puis égouttez les.

Préparation des légumes
Epluchez et coupez finement l'oignon, et les carottes en rondelle. Epluchez les gousses d'ail.
Lavez à l'eau la feuille de laurier et le thym.

Cuisson
Dans un grand faitout, mettez les haricots et les recouvrez-les de nouveau d'eau fraiche, et laissez le tout cuire à feu vif pendant 1/4 d'heure.
Dans une autre casserole, faites chauffer l'huile d'olive pour y faire revenir l'oignon et les carottes, ainsi que l'ail, le laurier et le thym. Dès que l'oignon devient translucide, versez les haricots blancs égouttés dessus et

les recouvrir ànouveau d'eau froide. Montez le feu jusqu'à ébullition douce, maintenez cette ébullition pendant 50min et veuillant à ce qu'il y ait toujours assez d'eau. Egouttez lorsqu'ils sont cuits.
Salez et poivrez à votre convenance.
Ajoutez la crème fraiche et le persil ciselé.

Présentation
A proposer en accompagnement d'un gigot d'agneau au miel.