

# FÈVES AU LARD À L'ÉRABLE ET POULET EFFILOCHÉ, À LA MIJOTEUSE, DE MARILOU



14 Avr 2014 par *Marilou*

Une recette incontournable revisitée par Marilou. Vive les fèves au lard!

De 10 à 12 portions

«Des bines, c'est bon à longueur d'année, mais c'est toujours plus savoureux durant le temps des sucres! Ma recette se prépare à la mijoteuse et met en valeur notre fameux sirop d'érable.»

## INGRÉDIENTS

500 ml (2 t) de petits haricots blancs secs  
1 oignon finement haché  
6 hauts de cuisses de poulet, sans la peau et désossés  
4 tranches de bacon émincées  
250 ml (1 t) de ketchup  
125 ml (1/2 t) de sirop d'érable  
125 ml (1/2 t) de mélasse  
65 ml (1/4 t) de vinaigre de cidre



500 ml (2 t) d'eau  
10 ml (2 c. à thé) de  
moutarde en poudre  
10 ml (2 c. à thé) de sel  
5 ml (1 c. à thé) de poivre

## PRÉPARATION

1. La veille, faire tremper les haricots blancs dans 2 l (8 t) d'eau. Placer le tout au réfrigérateur et laisser reposer une nuit.
2. Bien égoutter les haricots, puis les déposer dans la mijoteuse avec les autres ingrédients. Bien mélanger

le tout.

3. Couvrir et cuire à la puissance élevée 8 heures, en remuant environ toutes les heures. Le poulet s'effilochera tout seul!

*Photo: Alexandre Champagne*

**Lire aussi:** 5 recettes de Marilou pour le Brunch de Pâques