

Cuisinez!

Fèves au lard

Ingrédients

Ingrédients principaux

1 lb (500 g) de haricots blancs secs

1/2 lb (250 g) de lard salé coupé en lardons d'environ 1 cm (1/2 po) d'épaisseur

1/2 tasse (125 ml) de cassonade

1/3 à 1/2 tasse (80 à 125 ml) de sirop d'érable

1 à 2 c. à thé (5 à 10 ml) de moutarde sèche

1 oignon pelé

Sel et poivre du moulin

Préparation

Étapes principales

Faire tremper les haricots dans une eau froide pendant 12 heures*.

Égoutter et rincer.

Déposer la moitié du lard salé au fond d'une cocotte en fonte émaillée ou dans une casserole à fond épais.

Couvrir de la moitié des haricots, ajouter le reste des lardons puis ajouter le reste des haricots.

Répartir la cassonade, le sirop d'érable et la moutarde sur les haricots et assaisonner.

Déposer l'oignon au centre et couvrir d'eau afin d'obtenir 1 cm (1/2 po) au-dessus du niveau des haricots.

Couvrir et cuire pendant 4 heures au four préchauffé à 150 °C (300 °F) ou pendant la nuit, environ 8 heures au four préchauffé à 120 °C (250 °F).



Servir au petit déjeuner, avec du pain grillé ou rôti et des oeufs.

SUGGESTION GOURMANDE



NOTE

*Vous pouvez aussi couvrir les haricots d'eau froide et porter à ébullition. Laisser mijoter 2 minutes puis retirer du feu, couvrir et laisser reposer pendant 1 heure. Égoutter et rincer.