

# metro



## Jambon fumé et fèves au lard à l'érable

Évaluer cette recette ★★★★☆ 3 Votes



Sans Gluten



Sans Lactose

4 PORTIONS | 0:10 PRÉPARATION | 4:30 CUISSON | 14:40 TEMPS TOTAL

### Ingrédients

Fèves au lard à l'érable

625 ml (2 1/2 tasses) Fèves blanches

1 Oignon, tranché

250 g (8 oz) Lard salé, coupé en dés

60 ml (1/4 tasse) Sirop d'érable

1 ml (1/4 c. à thé) Sarriette

15 ml (1 c. à soupe) Vinaigre blanc

1 ml (1/4 c. à thé) Poivre noir

### Préparation

Faire tremper les fèves au réfrigérateur pendant 10 heures. Rincer.

Dans une « cocotte », couvrir le fond de rondelles d'oignon et du tiers de lard salé.

Dans un bol, mélanger les fèves aux ingrédients. Verser sur les oignons. Ajouter le reste du lard salé. Couvrir d'eau à hauteur des fèves.

Faire cuire au four pendant 1 heure 30 à 275°F. Vérifier l'eau. Remettre au four à 250°F pendant 3 heures.

Dans une poêle striée, rôtir le jambon fumé à l'érable. Couper le jambon grillé en quatre pointes.

Déposer dans une assiette, ajouter les fèves au lard et garnir selon votre fantaisie. Arroser de sirop d'érable.

Source : Metro

### Accords vins et mets



#### Délicat et léger

Ces vins secs plutôt délicats se distinguent par leur couleur pâle, leurs arômes simples de fruits ainsi que par la sensation de fraîcheur qui naît de leur acidité. Ces vins secs plutôt délicats se distinguent par leur couleur pâle, leurs arômes simples de fruits ainsi que par

---

**3 ml** Moutarde sèche  
**(1/2 c. à thé)**

---

**5 ml** Moutarde préparée  
**(1 c. à thé)**

---

Quantité suffisante, tranches de jambon fumé à l'érable

---

Au goût, sirop d'érable

---

la sensation de fraîcheur qui naît de leur acidité.

© Société des alcools du Québec, 2007

---

## Accords bières et mets



### Fruitée et onctueuse

Appréciée pour son exotisme. Une bière au corps moyen avec des accents fruités et épicés qui offre une finale douce et un goût moyennement sucré.

---

## Mentions légales

### Recettes sans gluten

Assurez-vous de n'utiliser que des céréales, farines et féculs certifiées sans gluten et de bien lire les étiquettes de produits lors de l'achat.

### Recettes sans lactose

Assurez-vous de n'utiliser que des laits, yogourts, beurres, fromages et autres produits « laitiers » sans lactose et de bien lire les étiquettes de produits lors de l'achat.

**Metro Richelieu inc.**, ses compagnies affiliées et ses filiales n'engagent pas leur responsabilité pour toutes circonstances découlant de l'utilisation des recettes suggérées. Il appartient à la personne utilisant ce site de s'assurer que chacun des ingrédients est conforme à son régime de vie et/ou à ses restrictions alimentaires.

---