



Fèves au lard

Programme utilisé: Haricot
 Position de la valve: centrale
 Dépressurisation: manuelle

Préparation: 20 min **Cuisson:** 50 min **Pressurisation :** 15 min **Temps total :** ± 1 h 25 min

Quant.	Ingrédients	Coût approximatif \$
1	Sac de 900 gr de Fèves st-Arnaud	2,49
1/4	Livre de bacon (115 gr.)	2,30
1/2	Tasse mélasse	1,00
1/2	Cuil. à thé de poivre	,03
2	Cuil. à thé de moutarde sèche	,10
1/2	Tasse de cassonade	1,00
3/4	Cuil. à thé de sel	,05
1	Oignon moyen jaune	,70
1/2	Tasse de sirop d'érable	2,75
3/4	Cuil. à thé de bicarbonate de soude	,10
3	Cuil. à soupe de sauce chili	,40
	Eau, suffisamment pour couvrir le tout	10,92/ 1.5 k
		19,37 en épicerie

Marche à suivre

- Faire tremper les fèves toute une nuit et bien égoutter avant l'utilisation.
- Trancher finement l'oignon et couper le bacon en petits morceaux.
- Étendre un peu de fèves dans l'autocuiseur et faire suivre un rang d'oignons, un peu de bacon. Répéter les rangs.
- Mélanger tous les autres ingrédients avant de vider sur le contenu de l'autocuiseur.
- Ajouter de l'eau pour que tout le contenu soit recouvert.
- Bien fermer le couvercle et appuyer sur le bouton du programme «Haricot»
- Après avoir sélectionné le programme, un voyant lumineux va clignoter et ce n'est qu'après que vous pouvez augmenter le temps de cuisson et pesant sur «Minutes». Une minute s'ajoutera à chaque fois jusqu'à un maximum de 60 min.

- Donc, augmenter jusqu'à ce que le voyant indique 50 minutes.
- Lorsque le temps sera écoulé, à l'aide de mitaine ou autre protection, tourner la valve afin d'accélérer la dépressurisation.
- Lorsque qu'il n'y aura plus de pression à l'intérieur, le voyant lumineux indique que le mode «Réchaud» commence.
- Ouvrir l'autocuiseur

Notes personnelles

- Ces fèves au lard sont sucrées à mon goût et sont encore meilleures le lendemain matin
- Cette recette se prépare facilement pour une petite famille, vous n'avez qu'à réduire de moitié tous les ingrédients.
- Vous pouvez remplacer le bacon par un petit bloc de lard salé, si tel est le cas, il faudra omettre le sel.
- Cette recette est adaptée à partir de celles de Ricardo et de Colette Paradis.

