RAGOÛT DE HARICOTS & SENSATIONAL BRATWURST

INGRÉDIENTS

2 PORTIONS | 30 MIN | MOYENNE

1 paquet de Sensational Bratwurst Garden Gourmet

1 oignon

1 gousse d'ail

100 g de carottes

150 g de fenouil

150 g de poivron rouge

Huile d'olive pour la cuisson

2 càc de sauge séchée

2 càc de graines de fenouil

1 bocal de haricots rouges (250 g)

1 pot de haricots blancs (250 g)

1 pincée de sel

1 pincée de poivre noir

1 boîte de tomates en dés

1 poignée d'épinards frais

Une recette parfaite pour l'hiver ! Un délicieux ragoût de haricots avec notre Sensational Bratwurst Garden Gourmet !

PRÉPARATION

1. Couper les légumes

Hacher finement l'oignon et l'ail. Couper la carotte, le fenouil et le poivron en morceaux. Égoutter les haricots avec une passoire et rincer. Moudre grossièrement les graines de fenouil pour libérer l'arôme.

2. Cuire les légumes

Dans une poêle, faire revenir l'oignon, l'ail et la moitié des graines de fenouil et de la sauge dans l'huile jusqu'à ce qu'ils soient translucides. Ajouter les carottes, le fenouil et le poivron. Cuire brièvement et ajouter les cubes de tomates.

3. Porter à ébullition et laisser mijoter

Porter à ébullition et laisser mijoter les légumes à feu doux pendant environ 10 minutes. Assaisonner avec du sel et du poivre. Faire dorer les saucisses dans un peu d'huile dans une poêle selon les instructions sur l'emballage.

4. Servir tout simplement !

Laisser les épinards fondre dans le ragoût de haricots. Couper chaque saucisse en 4 morceaux et les ajouter au ragoût. Saupoudrer des graines de fenouil restantes et c'est prêt à être servi !
ASTUCES : Tu peux remplacer les haricots blancs par des pois chiches ou remplacer une partie des haricots par des lentilles.

RETROUVE D'AUTRES RECETTES SUR GARDENGOURMET.BE/FR