POÊLÉE DE HARICOTS VERTS À LA BASQUAISE

INGRÉDIENTS

- 800 g de haricots verts
- 3 tomates
- 1 petit poivron rouge
- 1 petit poivron vert
- 2 oignons
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- Sel et poivre

TEMPS DE PRÉPARATION : 30MN
TEMPS DE CUISSON : 45MN
TEMPS TOTAL : 1H15MN

PRÉPARATION

Casser les deux bouts des haricots verts. Laver et égoutter.
Faire bouillir dans une grande casserole 2 litres d'eau salée. Jeter les haricots et laisser cuire à gros bouillons et sans couvercle pendant une vingtaine de minutes.
Pendant ce temps, laver les deux poivrons ainsi que les tomates, puis essuyer avec du papier absorbant. Couper les poivrons en deux pour en enlever le pédoncule et les graines. Couper ensuite en lanières puis en petits morceaux.
Couper les tomates en quartiers.
Peler les oignons et émincer.
Cuisson de la poêlée de haricots verts à la basquaise:
Mettre une grande poêle à revêtement antiadhésif à chauffer. Verser la cuillerée d'huile d'olive et répartir avec du papier absorbant pour en ôter l'excédent.
Mettre les quartiers de tomates, les morceaux de poivrons et les oignons émincés dans la poêle. Saler et poivrer.
Remuer et laisser cuire à feu moyen une quinzaine de minutes.
Une fois que les haricots verts sont cuits, égoutter et mettre dans la poêle quelques minutes avant la fin de la cuisson des autres légumes et bien remuer.