

Légumes secs

Riz aux haricots rouges de louis amstrong



17h45	15 min	5h30	12h	731
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le mélange viandes et haricots rouges

700 g **Jarret(s) de porc**
200 g **Poitrine de porc fumée**
200 g **Haricots rouges**
300 g **Sauce tomate**
0.5 **Poivron(s)**
1 **Oignon(s)**
1 **Gousse(s) d'ail**
3 **Piment de Cayenne**
2 litre(s) **Eau**

Ingrédients pour le riz

200 g **Riz long**
360 ml **Eau**
1 **Sel**

Étape 1

Préparation des haricots rouges et de la viande

- 1 Faire préalablement tremper les haricots rouges pendant une nuit dans un saladier rempli d'eau, jusqu'à ce qu'ils doublent de volume.
- 2 Rincer le jarret de porc et le porc salé sous l'eau courante, les poser dans une marmite et couvrir d'eau.
- 3 Porter l'eau à ébullition, puis baisser le feu et laisser frémir pendant 1h30.

Étape 2

Cuisson

- 1 Couper le poivron vert en deux. Retirer les pépins et les membranes blanches, l'émincer en lanières. Puis le couper en dés. Réserver dans un récipient.
- 2 Peler l'oignon, puis le ciseler. L'ajouter au poivron.
- 3 Peler et hacher l'ail. L'ajouter au poivron.
- 4 Quand la viande commence à devenir tendre, égouter les haricots puis les ajouter dans la marmite.
- 5 Ajouter dans la marmite le poivron, l'oignon et l'ail, et enfin les piments. Continuer la cuisson pendant trois heures.

Étape 3

Finition

- 1 Au bout de trois heures de cuisson, ajouter la sauce tomate et continuer la cuisson pendant encore une heure.
- 2 20 minutes avant la fin de la cuisson, passer à la préparation du riz. Le rincer sous l'eau froide.
- 3 Mesurer 1,5 volumes d'eau pour 1 volume de riz. Verser l'eau dans une casserole et la porter à ébullition avec un peu de sel.
- 4 Une fois l'eau à ébullition, verser le riz et laisser bouillir jusqu'à absorption complète de l'eau.
- 5 Une fois l'eau évaporée, couvrir la casserole, baisser le feu et continuer la cuisson jusqu'à ce que les grains de riz se détachent facilement.

Étape 4

Dressage

- 1 Verser le riz dans un plat.
- 2 Verser le mélange haricots rouges et viandes dessus.