

RAGOÛT DE HARICOTS AVEC SAUCISSE VÉGANE GARDEN GOURMET

INGRÉDIENTS

🍴 2 PORTIONS

🕒 40 MIN

👤 INTERMÉDIAIRE

1 Paquet de Sensational Saucisse 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 friture
2 cuillères à café de sauge séchée
2 cuillères à café de graines de fenouil
1 pot de haricots blancs (500g)
1 pincée de sel
1 pincée de poivre noir
1 boîte de tomates en dés
1 poignée d'épinards frais

Essayez ce ragoût de haricots avec notre Sensational saucisse végétale Garden Gourmet. Parfait pour une froide soirée d'hiver!

PRÉPARATION

- 1.** Hachez l'oignon et l'ail. Coupez la carotte, le fenouil et le poivron en morceaux. Rincez les haricots et égouttez. Ecrasez grossièrement les graines de fenouil pour libérer l'arôme.
- 2.** Dans une cocotte, faites revenir l'oignon, l'ail et la moitié des graines de fenouil ainsi que la sauge dans l'huile jusqu'à ce qu'ils soient translucides. Ajouter les carottes, le fenouil et le poivron. Faites frire brièvement et ajoutez les dés de tomates.
- 3.** Porter à ébullition et laisser mijoter les légumes environ 10 minutes à feu doux. Assaisonnez avec du sel et du poivre. Faites frire les saucisses dans un peu d'huile dans une poêle jusqu'à ce qu'elles soient dorées selon les instructions sur l'emballage.
- 4.** Laissez les épinards réduire dans le ragoût de haricots. Coupez chaque saucisse en 4 morceaux et ajoutez-les au ragoût. Saupoudrer des graines de fenouil restantes et c'est prêt à être servi! * Vous pouvez également remplacer les haricots blancs par des pois chiches ou remplacer une partie des haricots par des lentilles.

**DÉCOUVRE D'AUTRES RECETTES SUR
GARDENGOURMET.CH/FR**