

Les Fruits Partagés



Moisson Rimouski-Neigette

HARICOTS MARINÉS

INGRÉDIENTS

- 2,5 lbs d'**haricots verts ou jaunes**
- 1 c. soupe d' **épices à marinades**
- 5 branches d'**aneth**
- 3 gousses d'**ail**
- 3 tasses de **vinaigre**
- 3 tasses d'**eau**
- 1 c. soupe de **gros sel**
- 1/3 tasse de **sucré**

RENDEMENT

5 pots de 500ml

TEMPS DE PRÉPARATION

20 minutes

TEMPS DE CUISSON

15 minutes

NOTES

*Ou stérilisez dans l'eau bouillante

MÉTHODE

1. Parez les haricots pour qu'ils soient à la hauteur des pots.
2. Mettez 1/2 c. à thé d'épices à marinades, une tige d'aneth et une 1/2 gousse d'ail dans chaque pot.
3. Portez à ébullition le reste des ingrédients pendant 5 minutes.
4. Faites blanchir les haricots dans la marinade 3 minutes.
5. Prenez une pince pour les sortir de la marinade. Laissez-les légèrement tiédir avant de les mettre dans les pots.
6. Versez le liquide chaud dans les pots et laissez tiédir avant de refermer les pots.*
7. Laissez macérer quelques jours avant de déguster. Se conserve 3 mois au réfrigérateur

