

Haricots rouges caféinés à La Caféinée

Haricots rouges caféinés : un mijoté végétarien qui réconforte et surprend. Dès les premières minutes, la tomate fondue et l'oignon caramélisé enveloppent les haricots, tandis que La Caféinée vient poser des notes torréfiées de café arabica et une chaleur fruitée de habanero. La texture est crémeuse, légèrement nappante, parfaite servie sur un lit de riz vapeur et accompagnée d'avocat frais pour contraster. Cette recette simple se prête à un dîner convivial en semaine ou à un déjeuner dominical, quand on veut quelque chose de généreux et original sans passer des heures en cuisine. Lancez-vous : les parfums se construisent pendant la cuisson et se révèlent encore mieux en deux temps d'ajout de sauce.

P
PERSONNES
4

T
PRÉPARATION
15 min

C
CUISSON
35 min

D
DIFFICULTÉ
facile

Ingrédients

- 2 boîtes de haricots rouges égouttés (environ 800 g poids net)
- 1 oignon jaune moyen, émincé
- 2 gousses d'ail, hachées
- 400 g de tomates concassées en conserve
- 1 cuillère à soupe de concentré de tomate (facultatif)
- 1 cuillère à café de cumin en poudre
- 1/2 cuillère à café de paprika fumé
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 200 ml de bouillon de légumes
- 250 g de riz blanc ou complet, cuit selon instructions
- 1 avocat mûr, en tranches
- Quelques brins de coriandre fraîche ou de persil
- Sel et poivre du moulin
- La Caféinée (sauce au piment habanero et café arabica)

LE MÉLANGE DE LA RECETTE



La Caféinée



Scanner pour voir le produit

Préparation

Préparez le riz selon les indications du paquet et réservez au chaud.

Dans une grande poêle ou une casserole à fond épais, chauffez l'huile d'olive à feu moyen. Ajoutez l'oignon émincé et faites-le suer 6 à 8 minutes jusqu'à ce qu'il soit translucide et commence à dorer.

Ajoutez l'ail haché, le cumin et le paprika fumé. Poursuivez la cuisson 1 minute en remuant pour libérer les arômes sans brûler l'ail.

Incorporez les tomates concassées et le concentré si vous l'utilisez. Laissez mijoter 5 minutes pour réduire légèrement la sauce.

Ajoutez les haricots rouges égouttés et le bouillon de légumes. Mélangez délicatement pour ne pas écraser tous les haricots.

Versez une première petite dose de La Caféinée (voir dosage) dans la préparation, mélangez et laissez mijoter à feu doux 15 à 20 minutes pour que les saveurs se lient et que la sauce épaississe légèrement.

Goûtez, rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre. Si vous souhaitez une note plus profonde et diffuse, prolongez la cuisson 5 à 10 minutes à feu très doux.

Juste avant de servir, ajoutez 1 à 3 gouttes supplémentaires de La Caféinée par portion dans la casserole et remuez pour raviver les notes torréfiées et le piquant.

Servez les haricots chauds sur le riz, disposez des tranches d'avocat, parsemez de coriandre fraîche et proposez du citron vert à côté pour ceux qui veulent un trait d'acidité.

Le conseil des Épices Curieuses

Ajoutez un filet de jus de citron vert au moment de servir pour réveiller les notes torréfiées. Pour une texture plus onctueuse, écrasez légèrement quelques haricots dans la casserole avant la finition.

