

Haricots rouges mijotés au piment chipotle morceaux

Le piment chipotle morceaux s'invite dès les premières minutes pour donner à cette poêlée de haricots rouges un caractère fumé, chaud et légèrement sucré. La texture généreuse des haricots, le fondant de l'oignon et la chair des tomates forment une base rustique qu'un ou deux morceaux de chipotle suffisent à enflammer doucement.

C'est une recette végétarienne réconfortante, idéale pour un dîner familial ou un repas convivial entre amis : servi sur un lit de riz, garni de coriandre fraîche et d'un filet de citron vert, elle offre une profondeur boisée et enveloppante, sans complexité, à préparer en moins d'une heure.

P
PERSONNES
4

T
PRÉPARATION
15 min

C
CUISSON
30 min

D
DIFFICULTÉ
facile

Ingrédients

- 400 g de haricots rouges cuits (ou 2 boîtes de 400 g égouttées)
- 1 oignon jaune moyen, émincé
- 2 gousses d'ail, hachées
- 400 g de tomates concassées en conserve
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 250 ml de bouillon de légumes
- 1 cuillère à café de cumin moulu
- 1/2 cuillère à café de paprika doux
- Piment Chipotle morceaux (voir dosage)
- Sel et poivre noir du moulin
- Riz cuit pour servir
- Coriandre fraîche, hachée, pour servir
- 1/2 citron vert (facultatif) pour arroser
- Une pincée de sucre (facultative, pour corriger l'acidité)

LE MÉLANGE DE LA RECETTE



Piment Chipotle
morceaux



Scanner pour voir le produit

Préparation

Réhydrate les morceaux de piment chipotle dans 100 ml d'eau tiède pendant 10 à 15 minutes pour les attendrir.

Pendant ce temps, chauffe l'huile d'olive dans une grande poêle à feu moyen. Ajoute l'oignon émincé et fais-le revenir 6 à 8 minutes jusqu'à ce qu'il soit translucide et légèrement doré.

Ajoute l'ail haché, le cumin et le paprika. Fais revenir 1 minute pour libérer les arômes sans brûler l'ail.

Égoutte les morceaux de chipotle en réservant un peu d'eau de trempage. Coupe-les en petits morceaux ou émiette-les, puis ajoute-les dans la poêle. Fais-les toaster 30 à 60 secondes pour intensifier la fumée.

Verse les tomates concassées et le bouillon de légumes. Si la préparation te semble trop épaisse, ajoute une cuillère à soupe de l'eau de trempage du chipotle.

Incorpore les haricots rouges égouttés, sale et poivre. Laisse mijoter à feu doux 12 à 15 minutes, en remuant de temps en temps, jusqu'à ce que la sauce ait épaissi et que les saveurs se soient mêlées.

Goûte et ajuste l'assaisonnement: ajoute une pincée de sucre si l'acidité est trop prononcée, et rectifie le sel et le poivre. Si tu souhaites plus de chaleur, ajoute un petit morceau de chipotle supplémentaire.

Serre la poêlée bien chaude sur un lit de riz, parsème de coriandre fraîche et poursuis d'un filet de jus de citron vert juste avant de déguster.

Le conseil des Épices Curieuses

Pour intensifier l'arôme fumé sans ajouter plus de chaleur, fais toaster les morceaux de chipotle à sec quelques secondes avant réhydratation. Si la sauce est trop liquide, laisse réduire à découvert à feu moyen; pour une texture plus onctueuse, écrase légèrement quelques haricots avec le dos d'une cuillère.

Les Épices Curieuses

les-epices-curieuses.com



La recette en ligne



Le produit