



Boeuf, haricots rouges, chili, raisins, poivrons et riz



Marie-Anne
Île de France

Le Marché *év. haricots verts*



- 1 oignon 0
- 1/2 poivron vert, 1/2 jaune, 1/2 rouge 0
- 240 g de haricots rouges en conserve 0
- 700 g de steak haché à 5% 23
- 400 g de coulis de tomate nature 3
- 400 g de tomates concassées 0
- 1 sachet d'épices chili (39 g) 0
- 60 g de raisins secs blonds 5
- 180 g de riz cru 17
- Sel, poivre 0

- 1 Peler puis couper l'oignon en lamelles. Le faire blondir dans un faitout sur une feuille de cuisson. Pendant ce temps, nettoyer et couper les poivrons en dés. Réserver.
- 2 Rincer puis égoutter les haricots rouges. Ajouter les steaks hachés dans le faitout et laisser cuire 5 minutes en remuant de temps en temps. Ajouter les poivrons, le coulis de tomates et les tomates concassées, les épices chili, les raisins et laisser mijoter 10 minutes, à couvert. Pendant ce temps, faire cuire le riz dans de l'eau salée, 10 minutes, puis l'égoutter.
- 3 Ajouter les haricots rouges dans le faitout, poursuivre la cuisson de 5 minutes. Dresser dans les assiettes de service.