



ATELIER CUISINE

2ème partie :
BABLEVES

12 mars 2025

Ingrédients :

- 4 oignons
- 600 g de carottes
- 1 kg de pommes de terre
- 2 c.à.s de paprika
- 5 feuilles de laurier
- 1 c.à.s de carvi
- sel
- 700 g de haricots chinés



Préparation :

1. Peler et émincer les oignons.
2. Peler et trancher les carottes.
3. Peler et trancher les pommes de terre.
4. Mettre de l'huile au fond de la cocotte.
5. Faire colorer les oignons.
6. Hors du feu rajouter le paprika.
7. Bien mélanger.
8. Remettre sur le feu.
9. Rajouter les haricots, les carottes et les pommes de terre.
10. Rajouter 1 à 2 litres d'eau.
11. Rajouter le laurier, le carvi et le sel.
12. Fermer la cocotte.
13. Faire bouillir pendant une heure.
14. Servir chaud.

