

RAGOÛT DE HARICOTS ROUGES LOUISIANAIS

Ingrédients : pour 4 portions

- 3 tranches de bacon, coupées en lardons
- 3 c. à soupe (45 ml) d'huile d'olive
- 2 branches de céleri, hachées finement (*mis ½ branche*)
- 1 oignon, haché finement
- 3 gousses d'ail, hachées finement
- 1 boîte de ml 19 oz (540 ml) de haricots rouges, rincés et égouttés
- 1 boîte de 14 oz (398 ml) de tomates en dés
- 1 tasse (250 ml) d'eau ou de bouillon de poulet (*mis 1 ¼ tasse/310 ml*)
- ½ c. à thé (2.5 ml) de sauce Tabasco rouge ou verte au goût (*mis ½ piment jalapeno haché finement*)
- 1 c. à soupe (15 ml) de sauce Worcestershire
- 3 saucisses italiennes douces ou piquantes, blanchies et coupées en tronçons sur le biais (*mis ce que j'avais : saucisses ail et miel*)
- Persil plat ciselé (*garniture*)
- Sel et poivre

Mes ajouts

- 1 carotte hachée
- 2 po (5 cm) de patate douce, en cubes (*Un reste!*)
- 1/3 tasse (45 g) courgette hachée
- 7-8 haricots verts coupés en 2-3 tronçons

Préparation :

1. Dans une casserole, dorer le bacon dans la moitié de l'huile. Ajouter le céleri, l'oignon et faire revenir jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Ajouter de l'huile au besoin.
2. Ajouter l'ail et poursuivre la cuisson 1 minute. (*J'ai retiré un peu du gras avant*)
3. Ajouter le reste des ingrédients (*y compris mes ajouts*), à l'exception des saucisses et du persil. Saler et poivrer. Porter à ébullition. Couvrir et laisser mijoter doucement environ 1 heure ou jusqu'à ce que les légumes soient bien tendres. Rectifier l'assaisonnement.
4. Entre-temps, dans une poêle antiadhésive, dorer les saucisses dans le reste de l'huile.
5. Servir le mélange de haricots sur un riz blanc étuvé (*quinoa pour moi*) et garnir de saucisses et de persil.

Note :

Ce plat emblématique de la cuisine créole louisianaise est servi le lundi, en accompagnement des restes de viande du dimanche soir, de la saucisse ou des côtelettes de porc. Plusieurs

restaurants de la région suivent d'ailleurs la tradition et l'affichent au menu, chaque semaine. (*J'ai dérogé à cette tradition en servant ce plat avec du quinoa.*)

Source : déclinaison Ricardo

<https://www.ricardocuisine.com/recettes/5157-ragout-de-haricots-rouges-louisianais-red-beans-and-rice->

« La fille de l'anse aux coques », Maripel, le jeudi 28 janvier 2021

<https://lafilledelanseauxcoques.blogspot.com/2021/01/ragout-de-haricots-rouges-louisianais.html>