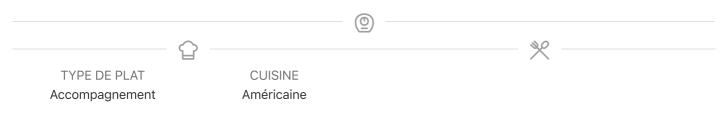
Cow-boy beans au barbecue





INGRÉDIENTS

- 1 Kg haricots rouges en boite (Kidney beans)
- 1 gros oignon ou 2 petits émincés
- 2 gousses d'ail hachées
- 1 poivron vert émincé
- 1 poivron rouge émincé
- 1 boite de tomates pelées (400gr)
- 1/4 cup vinaigre de vin rouge
- 1/2 cup cassonade brune
- 2 c. à soupe herbes de Provence
- sel/poivre au goût
- 2 c. à soupe <u>rub classique</u>
- 1/2 cup sauce BBQ au choix
- 1 c. à soupe moutarde de dijon
- 1/4 cup sauce Worcestershire

INSTRUCTIONS

- 1. Dans une casserole en fonte, versez 2 ou 3 c. à soupe d'huile et faites revenir les poivrons avec l'oignon et l'ail à température moyenne.
- 2. Ajoutez maintenant le vinaigre, la sauce Worcestershire, la cassonade, la moutarde et les épices. Laissez frémir quelques minutes.
- 3. Ajoutez maintenant les tomates et la sauce BBQ. Laissez cuire encore 10 minutes en remuant régulièrement pour ne pas que les sucres brûlent au fond de votre casserole.
- 4. Coupez le feu et ajoutez les haricots. Mélangez.
- 5. Maintenant vous avez plusieurs options. Soit les déguster tels quels. Soit faire fumer la casserole sans couvercle pendant 2 bonnes heures au BBQ.

Q

MOTS CLÉS

beans, cow-boy, red beans, tomato beans