

# Cow-boy beans au barbecue



TYPE DE PLAT  
Accompagnement

CUISINE  
Américaine



## INGRÉDIENTS

- 1 Kg haricots rouges en boîte (Kidney beans)
- 1 gros oignon ou 2 petits émincés
- 2 gousses d'ail hachées
- 1 poivron vert émincé
- 1 poivron rouge émincé
- 1 boîte 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 rub classique
- 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.



MOTS CLÉS

beans, cow-boy, red beans, tomato beans