

Cocos de Paimpol, cuisson de base

Il est très important de ne JAMAIS saler l'eau de cuisson, car cela va rendre la peau dure et donc moins digeste.

Recette pour 4 personnes

1 kilo de cocos écosés
3 litres d'eau froide
1 carotte
1 branche de céleri
1 clou de girofle

2 gousses d'ail
2 C à soupe d'huile d'olive
¼ C à café de sel
¼ C à café de poivre

Préparation

Tranche la carotte et ta branche de céleri (1 cm d'épaisseur).

La cuisson démarre à froid, donc mets les haricots, l'eau froide, la carotte, le céleri, le clou de girofle dans une cocotte, mets sur feu vif. Quand ça commence à bouillir, baisse le feu (moyen) et laisse mijoter 30 minutes.

Au bout de 30 minutes, égoutte les haricots, et enlève le clou de girofle.

Remets la cocotte sur le feu, fais chauffer à feu moyen l'huile d'olive et fais dorer l'ail (attention, ne le brûle pas!). Ajoute le mélange haricots, carotte, céleri. Ajoute le sel, le poivre mélange bien. Sers immédiatement (ou pas, c'est pas grave, ça se réchauffe très bien).

