

Soupe de légumes aux 2 haricots

300gr de haricots blancs secs et 300 gr de haricots rouges

Les haricots secs demandent à être réhydratés, il est donc nécessaire de les laisser tremper dans 3 fois leur volume d'eau froide pendant 8 à 12 h, et de les placer au réfrigérateur

La période de trempage va permettre une cuisson plus rapide, éviter les flatulences et une meilleure digestion

Ensuite au bout de ce temps, rincez, égouttez

Epluchez 2 gros oignons rouges, 4 carottes ,250 gr de potirons
4 navets

Dans votre autocuiseur, chauffez 1 c à soupe d'huile ,40 gr de beurre
Ajoutez vos oignons , laissez dorer 3 mn

Mettez vos haricots égouttés et le bouquet garni, couvrir largement d'eau, cuire 1 h sous pression

Laissez la vapeur s'échapper avant l'ouverture de votre cocotte

Ajoutez-y tous les légumes coupés en morceaux et 300gr de sauce tomate, remuez

Laissez mijoter 45 mn sur feu moyen

Salez juste avant de servir