

Congélation des haricots verts

Laver les haricots verts. Les équeuter et enlever les fils si ils sont gros.

Faire bouillir suffisamment d'eau pour couvrir complètement les haricots une fois ceux-ci plongés dans votre cocotte. Ébouillanter les haricots pendant environ 6 minutes. Les sortir de l'eau, les rafraîchir dans une eau glacée (pour garder la couleur) et bien les sécher avant de les mettre à congeler pour qu'ils ne fassent pas bloc.

Là les haricots verts sont précuits, ils faudra finir de les préparer lorsque vous les sortirez du congélateur.

Bonne préparation !