

# ROUGAIL SAUCISSE et HARICOTS ROUGES à la CRÉOLE

Waiting for the sun

<http://waitingforthesun.caladan09.fr/>



Nombre de personnes 6

Préparation 40 min / Cuisson 40 min

## INGRÉDIENTS

Rougail saucisses : • 6 saucisses fumées • 150 g d'oignons pelés et émincés (2 gros) • 800 g de tomates cœur de bœuf • 2 gousses d'ail pelées et dégermées • 1/2 càc de curcuma • 2 branches de thym frais • 2 cm de gingembre frais • sel, poivre

Haricots rouges : • 400 g de haricots rouges en boîte • 1 oignon pelé et émincé • 1 gousse d'ail pelée et dégermée • 1/2 càc de curcuma • 1 branche de thym frais • se, poivre • huile d'olive • un peu d'eau

Rougail tomates : • 2 tomates cœur de bœuf • 1 oignon • 1 gousse d'ail • huile d'olive, sel, poivre • un peu de piment de Cayenne

## RÉALISATION

### *Rougail tomate :*

Dans une casserole, mettre un peu d'huile d'olive. Y faire revenir l'oignon émincé, puis quand il est translucide l'ail écrasé, et la pointe de piment. Ajouter les tomates coupées en petits morceaux. Inutile de les épépiner, il y a très peu de pépins dans les « cœur de bœuf ». Saler, poivrer. Laisser mijoter 20 minutes en remuant de temps en temps. Laisser refroidir.

Haricots : Faire chauffer un peu d'huile d'olive dans une casserole, y ajouter l'oignon émincé puis lorsqu'il est translucide l'ail écrasé, le thym et le curcuma. ajouter les haricots rouges égouttés, rajouter un peu d'eau jusqu'à mi-hauteur. Saler, poivrer, laisser mijoter 15 minutes.

### *Rougail saucisse :*

Couper les saucisses en rondelles d'un cm. Les mettre dans une grande casserole d'eau. Porter à ébullition. Égoutter. Renouveler cette opération 2 autres fois pour dessaler et éliminer un peu de gras.

Les déposer ensuite dans une sauteuse, avec 1 cm d'eau. Laisser cuire jusqu'à ce que l'eau soit évaporée. elles vont rendre un peu d'huile, dans laquelle elles vont commencer à dorer. Si elles ne rendent pas d'huile, rajouter un peu d'huile d'olive. Ajouter alors les oignons émincés, le thym, l'ail, le curcuma et le gingembre.

Faire bien dorer le tout en remuant de temps en temps. Ajouter les tomates coupés en cubes, remuer et laisser cuire 20 minutes en touillant de temps en temps.

Servir le rougail de saucisses chaud avec les haricots chauds également. Le rougail tomates peut se servir chaud ou froid pour accompagner. Servir avec du riz basmati, cuit en auto cuiseur si possible.