

Fèves au four

500 ml (2 tasses) de haricots blancs
1500 ml (6 tasses) d'eau froide
1 gros oignon haché
5 ml (1 c. à thé) de sel
30 ml (2 c. à table) de vinaigre blanc
15 ml (1 c. à table) de mélasse
60 ml (1/4 tasse) de sirop d'érable du Québec
30 ml (2 c. à table) d'huile de canola
poivre au goût

Mode de préparation :

- Bien rincer les haricots. Les mettre avec l'eau froide dans une casserole. Couvrir, amener à ébullition et laisser mijoter environ 1 heure.
- Egoutter les haricots.
- Déposer les haricots dans un plat allant au four avec l'oignon haché et le reste des ingrédients.
- Couvrir avec suffisamment d'eau (2 cm ou 1 pouce par-dessus)
- Cuire au four à 250 °F environ 6 heures.

Rendement : Environ 6 portions