

BOEUF ET HARICOTS VERTS

SAUCE TOMATE

AU GINGEMBRE

Ingrédients (pour 2 personnes) :

- 200 g d'haricots verts frais
- 2 brins de basilic
- 3-4 morceaux de noix décortiquées
- 2 tranches de boeuf

Pour la sauce tomate :

- 2 tomates cœur de bœuf
- 2 cuillers à café de gingembre en poudre ou un morceau de gingembre frais de 5 cm
- 3 gousses d'ail
- 2 cuillers à soupe de vinaigre de cidre
- Sel, poivre

Recette :

1. Pour la sauce tomate : Faites chauffer les tomates cœur de bœuf à la vapeur pendant 15 minutes. Pelez-les et épépinez-les. Dans un mixeur-blender, mettez les tomates, l'ail et le gingembre. Mixez. Versez le mélange dans un récipient hermétique en ajoutant 2 cuillers à soupe de vinaigre de cidre ; salez, poivrez. Puis mettez-le au frigo.
2. Nettoyez les haricots verts et coupez les extrémités. Hachez le basilic et les noix. Découpez le bœuf en morceaux.
3. Faites cuire les haricots verts à la vapeur. Dans une casserole, faites cuire les morceaux de bœuf dans la sauce tomate au gingembre pendant 10 minutes à feu doux.
4. Lorsque les haricots verts sont prêts, ajoutez-y les morceaux de noix concassées et le basilic. Et servez-les avec le bœuf et la sauce tomate.