

HARICOTS DE SOJA

1 poignée de soja texturé épais

sauce de soja

moutarde

sel-poivre

herbes de Provence

500 g de haricots beurre et vert, mélangés

1 gros oignon haché

huile d'olive

Laisser mariner le soja texturé pendant une heure dans de l'eau, additionnée de sauce de soja, de moutarde, de sel et de poivre. Presser ensuite pour enlever le maximum d'eau.

Dans une poêle, faire rissoler le soja texturé ainsi que les oignons dans de l'huile d'olive, aromatisée d'herbes de Provence. Rectifier l'assaisonnement et réserver.

Cuire les haricots en entier à l'eau bouillante salée pendant un quart d'heure, égoutter et mélanger au soja. Servir aussitôt.