



Рагу из фасоли

Визуальный рецепт
от DAREBEE

 darebee.net

2 банки ~ 480 г вареной белой фасоли
300 г замороженной зеленой фасоли
100 г цветной капусты (факультативно)
1 чашка ~ 200 мл томатного соуса
2 чашки ~ 400 мл воды
1 ст.л патоки
2 ч.л соли

ВАРИАНТЫ: добавьте 2 веточки свежего розмарина, 1 ч.л черного перца, 1 ч.л тмина, 1 ч.л кайенского перца, 1 ч.л сушеного укропа и 1 ч.л чесночного порошка.

4 ПОРЦИИ

1



ИНСТРУКЦИЯ

1. Замочите фасоль на ночь в большом количестве воды, утром хорошо промойте. В качестве альтернативы можно использовать 2 банки вареной фасоли. Поместите все ингредиенты в большую кастрюлю.

2. Доведите до кипения, накройте крышкой и уменьшите огонь до низкого. Тушите, накрыв крышкой, в течение 40 минут или пока фасоль не станет мягкой. Перед подачей удалите веточки розмарина, если они используются.

2



Либо готовьте в мультиварке
в течение 20 минут.