# " RECETTES DOUANIERES "

## I. - CONSERVATION

Pour redonner toute sa fraîcheur à du haricot vert un peu fané ou pour conserver le haricot vert pendant plusieurs jours sans que celui-ci ne se fane, essayer ce petit "truct".

- laver le haricot vert et l'égoutter sans le laisser sécher complètement.
- plonger un sachet en matière plastique dans de l'eau puis le secouer sans l'essuyer.
- mettre le haricot vert dans le sachet et faire 2 ou 3 petits trous sur le sachet pour permettre à votre haricot de "respirer"
- Conserver au frigidaire ou dans un endroit frais.

## II. - PREPARATION

- épulchage : il consiste à casser les deux extrémités et à enlever les fils s'il y en a
- Cuisson : après l'épulchage laver le haricot et le faire bouillir dans de l'eau salée pendant 20 à 30 minutes sans couvrir la casserole ou la marmite, puis égoutter. (Si vous désirez faire une recette qui contient des oeufs ou d'autres légumes comme carotte ou pomme de terre, faites les cuir en même temps que le haricot, cela vous fera gagner du temps).