



TAJINE DE HARICOTS

Temps de cuisson : 45 à 55 minutes

Portions : 4

Ingrédients

2 c. à thé de cumin	4 tasses de tomates en dés
2 c. à thé de coriandre	4 tasses de haricots trempés
1 c. à thé de flocons de piment	2 tasses d'épinard
3 c. à soupe d'huile d'olive	4 gros oeufs
2 oignons en tranches	sel et poivre
3 gousses d'ail hachées	

Préparation

- Préchauffer le four à 350 °F.
- Verser l'huile d'olive dans un cocotte. À feu moyen-doux, faire suer les oignons avec les épices 10-15 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient tendres et légèrement caramélisés.
- Ajouter l'ail et cuire 1 minute. Ajouter les tomates et les haricots. Porter à ébullition et laisser mijoter pendant 15 minutes ou jusqu'à épaissement de la sauce.
- Ajouter les épinards, couvrir et laisser mijoter pendant 5 minutes.
- Mettre le mélange dans 4 plats allant au four. Faire un trou dans le centre de chacun et casser un oeuf dans chacun.
- Assaisonner légèrement et cuire au four 15 à 20 minutes.