



Ragoût de pois chiches sucrés

Temps total: 18 min

Portions: 4

C. à café = c. à thé

- 1 tasse de pois chiche, précuit
- 1 oignon de taille moyenne, pelé et haché finement
- Une poignée de haricots verts, parés
- 1 pomme de taille moyenne, coupée en cubes
- 1/2 tasse de raisins secs
- 1/2 tasse de champignons en tranches
- 2 carottes coupées en tranches
- 2 gousses d'ail écrasées
- Une poignée de cacahuètes grillées (arachides)
- 4 tomates cerises
- Une poignée de menthe fraîche
- 1 cuillère à café de gingembre râpé
- 1 cuillère à café de curry en poudre
- 1/2 tasse de fraîcheur jus d'orange pressé
- 1/2 cuillère à café de sel

Mettre tous les ingrédients dans la cuve de l'instant pot. Faire cuire 8 m. sur MANUAL/PRESSURE. .

Lorsque vous avez terminé, appuyez sur le bouton CANCEL et relâchez la vapeur naturellement. Laisser reposer 10 minutes avant d'ouvrir et de servir.

Traduit de : Vegan Instant Pot Cookbook: 1000 Super Easy Plant-Based Recipes to get you Started (Vegan Box - Set) » de Cara Green.