

Haricot à écosser

Phaseolus vulgaris

:: Origine

Amérique du Sud

:: Partie comestible

Graines



:: Utilisation

La plupart des variétés de haricots secs, à l'exception des flageolets, gagnent à tremper quelques heures avant la cuisson. Ils sont à la base de nombreuses spécialités culinaires telles que le cassoulet en France, le chili con carne au Mexique, la ribollita en Italie. C'est une source importante de protéines, de fibres, de minéraux et de vitamines.

De nombreuses variétés de haricots à écosser sont issues du terroir français. Certaines sont ainsi labélisées telles que le 'Lingot du Nord', le 'Haricot Tarbais' ou le 'Coco de Saint Paul'.

Plante annuelle