

Dicke Bohnen Eintopf

Zutaten für 4 Portionen:

2 kg Dicke Bohnen – 1 kg Kartoffeln – 1 Bund Lauchzwiebeln – 500 g Tomaten (gut eignen sich auch Fleischtomaten)
– Bohnenkraut – Pfeffer – Salz – 3 EL Tomatenmark – 250 ml Gemüsebrühe – 2-3 Knoblauchzehen

Zubereitung:

- Die Bohnenkerne aus den Hülsen entfernen
- Kartoffeln schälen und grob würfeln
- Lauchzwiebeln waschen und in Ringe schneiden
- Knoblauch schälen und fein würfeln
- Öl in einem großen Topf erhitzen, Zwiebeln, Knoblauch und Bohnen kurz darin anbraten
- Tomatenmark zugeben und mit braten
- Kartoffeln hinzufügen und mit Gemüsebrühe ablöschen, dann im geschlossenen Topf bei milder Hitze etwa 25 Minuten köcheln lassen (bis die Kartoffeln gar sind)
- In der Zwischenzeit Bohnenkraut waschen, trocknen und die Blätter hacken, Tomaten würfeln
- Kurz vor Ende der Garzeit Bohnenkraut und Tomaten zugeben
- Den Eintopf mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Crème fraîche garniert servieren.

Wir wünschen guten Appetit!

