

Rezept für Bohnen-Eintopf

Dieser Eintopf ist eine deftige Stärkung für kalte Tage.

Für 4 Portionen

200 g rote Bohnen etwa 12 Stunden in der dreifachen Menge kaltem Wasser einweichen, danach gründlich abspülen und etwa eine Stunde lang in frischem Wasser ohne Salz weichkochen. **4 Kartoffeln**, **4 Möhren**, **1 Zwiebel** und **2 Knoblauchzehen** schälen, klein schneiden und in etwas **Olivenöl** anbraten. Mit **1 Liter Brühe** ablöschen und das Gemüse darin weich kochen. Zum Ende der Kochzeit die Bohnen hinzufügen und mit **Salz**, **Pfeffer** und **gemischtem Kräutern** abschmecken.

Tipp:

Wenn man mag, kann man ein paar Würstchen in dem heißen Eintopf aufwärmen.

grün & fett = Produkte sind bei El Puente erhältlich
schwarz & fett = diese Zutaten werden zusätzlich benötigt



Kontakt:

EL PUENTE GmbH
Lise-Meitner-Str. 9
D-31171 Nordstemmen

Tel.: +49 (0) 5069 3489 0
Fax: +49 (0) 5069 3489 28

E-Mail: info@el-puente.de
Web: www.el-puente.de