



Westfälischer Schneidebohnen - Dicke Bohneneintopf mit Mettenden

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 35m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '35', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Bodenständig - Einfaches für jeden Tag, aber gut gemacht

Zutaten

- 400 g frische Strauchbohnen, geputzt, gewaschen, schräg in 3 cm langen Stücken
- 200 g T.K. Dicke Bohnen
- 1 mittelgroße Zwiebel, gewürfelt
- 200 g Möhren, geputzt, in dünnen Scheiben
- 200 g Kartoffeln in Würfeln
- 250 g geräucherte "Mettenden" / Rauchwurst in Scheiben
- 1 El frisches Bohnenkraut, gezupft, gehackt
- 1 kleine Knoblauchzehe, fein gehackt (Geht auch ohne)
- 1 l Rindfleischbrühe oder Instant Gemüsebrühe
- 1/2 Bündchen gehackte Petersilie
- Salz, Pfeffer aus der Mühle, 1 Strich geriebene Muskatnuss

Zubereitungsart

Schritt1

Die Vorbereitung:

Schritt2

Zunächst die angetauten T.K. - Dicken Bohnen in kochendes Salzwasser geben und 3 - 4 min. blanchieren. Abgießen, kalt abspülen und von den äußeren, weißen Schalen befreien.

Schritt3

(Das ist meine individuelle Art, macht sicherlich ein wenig Arbeit, aber so sind die dicken Bohnen

wesentlich bekömmlicher, werden zu einem feinen Gemüse nach meiner Devise " Einfaches einfach gut gemacht)

Schritt4

Der Ansatz:

Schritt5

Die Rauchwurstscheiben mit den Zwiebelwürfel und dem Knoblauch in etwas Pflanzenöl glasig anschwitzen und zunächst die Kartoffelwürfel etwas mit angehen lassen.

Schritt6

Mit der Brühe aufgießen, beide Bohnensorten und die Möhren dazu geben.

Schritt7

Mit wenig Salz, Pfeffer würzen und das Bohnenkraut zufügen.

Schritt8

Ca. 10 - 12 min. leise köcheln lassen. Danach die einzelnen Gemüsesorten prüfen, nicht zu weich werden lassen, nachschmecken.

Schritt9

Anrichtevorschlag:

Schritt10

Mit frisch gehackter Petersilie bestreut zu Tisch geben

Rezeptart: Eintöpfe **Tags:** bodenständig

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/westfaelischer-schneidebohnen-dicke-bohneneintopf-mit-mettenden/>