

Omas Rezeptesammlung

Großmutter's Dicke Bohnen - Steinzeitdiät

Gattung: Beilagen. Bohne, Bohne, Gemüse

200 g	dicke rote Bohnen,	Salz,
1	Zwiebel (fein gehackt),	1 Knoblauchzehe (gepresst),
2	Essl. Olivenöl,	1 Rosmarinzweig,
1	Teel. Butter,	Pfeffer,
4	Essl. Tomatenpüree,	Gemüsebrühe

Die Bohnen ein paar Stunden einweichen.

Danach abgießen und in einem Topf mit frischem Wasser weich kochen (je nach Alter der Bohnen bis zu 2 Stunden).

In einem anderen Topf Olivenöl erhitzen und die Zwiebel darin glasig werden lassen.

Die weichen Bohnen dazu geben und darin schwenken.

Das Tomatenpüree unterrühren und mit Butter verfeinern.

Die fein gehackten Rosmarinblättchen mit dem Knoblauch und dem Salz vermischen und unter die Bohnen rühren.

Mit Pfeffer abschmecken und 30 Minuten köcheln lassen.

Wenn die Flüssigkeit eingekocht ist, etwas Gemüsebrühe zufügen.