

## Rezept

# Dicke-Bohnen-Creme

Ein Rezept von Dicke-Bohnen-Creme, am 23.04.2024

## Zutaten

<b>2 kg</b> frische Dicke Bohnen in der Schote (»Saubohnen«)	Meersalz
<b>1</b> Bio-Zitrone	<b>2</b> Knoblauchzehen
<b>4 EL</b> Olivenöl	<b>1/2 Bund</b> Minze
Pfeffer	<b>2-4 EL</b> Gemüsebrühe (nach Belieben)
<b>2 EL</b> sehr gutes Olivenöl zum Beträufeln	<b>4 große Scheiben</b> Landbrot
	<b>50 g</b> gehobelter Gruyère oder Tête de moine

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 4 GROSSE BROTSCHNEIBEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min  
| **Pro Portion** Ca. 365 kcal

## Zubereitung

1. Die Bohnenkerne aus den Schoten palen. In einem Topf Salzwasser aufkochen, Bohnen hineingeben und ca. 3 Min. blanchieren. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die grünen Bohnenkerne aus den Häutchen drücken und in einen hohen Becher geben. Den Knoblauch schälen. Die Zitrone heiß waschen, trocken tupfen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Zitronenschale, 2-3 EL Zitronensaft und Knoblauch zu den Bohnen geben und alles mit dem Pürierstab nicht zu fein pürieren.
2. Die Minze waschen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und die Hälfte davon fein hacken. Gehackte Minze, das Olivenöl und nach Belieben noch etwas Gemüsebrühe unter die Creme rühren. Mit Meersalz und Pfeffer abschmecken. Zum Servieren die Brotscheiben wie links beschrieben rösten und dick mit der Bohnencreme bestreichen. Mit sehr gutem Olivenöl beträufeln und mit Käse, den übrigen Minzeblättchen, Pfeffer und Meersalz bestreuen.