

Rezept

Geschmorte weiße Bohnen

Ein Rezept von Geschmorte weiße Bohnen, am 26.04.2024

Zutaten

200 g kleine getrocknete weiße Bohnen (Cannellini)	2 Lorbeerblätter
2 TL schwarze Pfefferkörner	1 getrockneter Peperoncino
400 g Tomaten	3 Knoblauchzehen
4 Zweige Salbei	3 EL Olivenöl + Olivenöl zum Beträufeln
1 EL Tomatenmark	Salz
Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 220 kcal

Zubereitung

1. Die Bohnen mit kaltem Wasser bedecken und über Nacht einweichen. Am nächsten Tag abgießen und mit frischem Wasser in den Topf füllen. Lorbeer und Pfefferkörner mit leicht angedrücktem Peperoncino dazugeben. Das Wasser zum Kochen bringen und die Bohnen bei schwacher Hitze zugedeckt in 1-1 1/2 Std. fast weich garen.
2. Die Tomaten überbrühen, häuten, entkernen und klein würfeln. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Den Salbei waschen, Blättchen abzupfen und in Streifen schneiden. Die Bohnen abgießen, Lorbeer, Pfeffer und Peperoncino entfernen.
3. Das Öl in einem Schmortopf erhitzen. Knoblauch mit Salbei darin andünsten. Bohnen und Tomaten untermischen, Tomatenmark unterrühren. Bohnen mit Salz und Pfeffer abschmecken und noch etwa 30 Min. zugedeckt bei schwacher Hitze schmoren, bis sie weich sind. Abschmecken und mit etwas frischem Öl beträufelt servieren.