Rezept

Traditionelle grüne Bohnen mit Speck

Ein Rezept von Traditionelle grüne Bohnen mit Speck, am 29.04.2024

Zutaten

Gemüse

- **600 g** grüne Bohnen
- **1** Knoblauchzehe
- **2** Schalotten

Getrocknete Kräuter & Gewürze

- Salz
- Pfeffer
- **1 TL** gehacktes Bohnenkraut

Außerdem

- **150 g** Räucherspeck
- **1 EL** Butter

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 305 kcal

Zubereitung

Bohnen kochen

1. Bohnen waschen, Stielansätze und Spitzen abknipsen, sehr lange Bohnen eventuell quer halbieren.

2. Circa 700 ml Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und salzen. Bohnen hineingeben und zugedeckt bei mittlerer Hitze in 15-20 Min. etwas weicher als bissfest garen.

3. In ein Sieb abgießen, dabei etwas Kochwasser auffangen. Die Bohnen kurz kalt abbrausen und abtropfen lassen

Währenddessen Speck zubereiten

4. Inzwischen Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln.

5. Den Speck klein würfeln.

6. Butter in einem Topf zerlassen, darin Speck, Schalotten und Knoblauch bei mittlerer Hitze anbraten, bis der Speck leicht gebräunt und die Schalotten goldgelb sind.

Fertig garen & servieren

7. Bohnen unterrühren und 2-3 EL Kochwasser und Bohnenkraut dazugeben, salzen und pfeffern. Zugedeckt bei kleiner Hitze nochmals 3-5 Min. garen.