Rezept

Weiße Bohnen mit Tomaten und Salbei

Ein Rezept von Weiße Bohnen mit Tomaten und Salbei, am 12.10.2024

Zutaten

- **200 g** getrocknete weiße Bohnen
- 5-6 Zweige frischer Salbei
- **1** kleine Dose geschälte Tomaten (400 g)
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- **2** Knoblauchzehen
- **2 EL** Olivenöl
- Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 200 kcal

Zubereitung

1. Hier muss man mal am Vortag ans Essen denken und Bohnen in eine Schüssel schütten, Wasser drüber gießen, über Nacht stehen lassen. Bohnen aus der Dose eignen sich in dem Fall nicht so gut, weil die beim Schmoren mit den Tomaten zu weich werden.

2. Am nächsten Tag die eingeweichten Bohnen abgießen und mit frischem Wasser in den Topf schütten. Deckel drauf, erhitzen, bei mittlerer Hitze in 1-1½ Stunden fast weich kochen.

3. Knoblauch schälen und ganz fein schneiden. Salbei waschen, trockenschütteln und in Streifen schneiden.

4. Öl im Topf warm werden lassen. Knoblauch und Salbei reinrühren und andünsten. Tomaten in der Dose kleiner schneiden. Bohnen abtropfen lassen. Beides in den Topf schütten, salzen, pfeffern und 20 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen – ohne Deckel. Ein paar Böhnchen probieren. Vielleicht muss noch Salz und Pfeffer dran?