Rezept

Weiße Bohnensuppe mit Mettendchen

Ein Rezept von Weiße Bohnensuppe mit Mettendchen, am 27.04.2024

Zutaten

250 g	kleine getr. weiße Bohnen
1 ¼ l	Gemüsebrühe
4	Möhren (ca. 300 g)
2 EL	neutrales Öl (z. B. Rapsöl)
3 Stängel	glatte Petersilie
	Pfeffer
1 TL	gem. Kreuzkümmel
1	Zwiebel
500 g	festkochende Kartoffeln
2	geräucherte Mettenden (ca. 00 g ersatzweise Brühwürstchen)
	Salz
100 g	Crème fraîche

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 645 kcal

Zubereitung

1. Die Bohnen mind. 12 Std. in ½ l Wasser einweichen. Anschließend das Einweichwasser abgießen. Bohnen mit Kreuzkümmel in ca. 1 l Gemüsebrühe zugedeckt bei mittlerer Hitze mind. 1 Std. kochen, bis sie weich sind. Dabei immer wieder umrühren.

2. Inzwischen Zwiebel, Möhren und Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Das Öl in einem großen Topf erhitzen und Zwiebel darin glasig dünsten. Möhren- und Kartoffelwürfel hinzufügen und 1 - 2 Min. mitdünsten. Die restliche Gemüsebrühe angießen und alles zugedeckt bei mittlerer Hitze in ca. 10 Min. bissfest kochen.

3. Die Mettendchen in dünne Scheiben schneiden und zur Suppe geben. Petersilie waschen und trocken schütteln, Blätter abzupfen und fein hacken. Bohnen samt Kochwasser zur Suppe geben und alles mit Salz und Pfeffer würzen. Die Suppe zum Servieren mit Petersilie bestreuen und mit Crème fraîche anrichten.