

## Rezept

# Bohnen-Champignon-Penne

Ein Rezept von Bohnen-Champignon-Penne, am 19.04.2024

## Zutaten

Salz	400 g	Penne
1 große Zwiebel	2	Knoblauchzehen
4 EL Olivenöl	1 Dose	stückige Tomaten (ca. 400 g Inhalt)
Pfeffer	250 g	kleine Champignons
1 Zweig Rosmarin	3-4 Zweige	Thymian
1 TL Fenchelsamen	1 Dose	Cannellini-Bohnen (ca. 250 g Abtropfgewicht)
2 EL grob gehackte Petersilie (nach Belieben)		

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 530 kcal

## Zubereitung

1. In einem Topf reichlich Salzwasser aufkochen lassen, die Nudeln darin nach Packungsangabe bissfest garen.

---

2. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. In einem Topf 2 EL Öl erhitzen, Zwiebel darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Knoblauch zugeben, kurz mitdünsten. Tomaten unterrühren und alles offen bei kleiner Hitze ca. 20 Min. köcheln lassen. Mit Pfeffer würzen.

---

3. Inzwischen die Champignons putzen und abreiben. Die Kräuter waschen und trocken schütteln, die Nadeln und Blätter hacken. Fenchelsamen mit einer breiten Messerklinge oder im Mörser zerdrücken. Das übrige Öl in einer großen Pfanne erhitzen, die Pilze darin bei starker Hitze in 3 Min. braun anbraten. Rosmarin, Thymian und Fenchel zufügen und kurz mitbraten. Die Pilze vom Herd nehmen.

---

4. Die Bohnen abgießen und abtropfen lassen. Mit den Pilzen unter die Tomatensauce heben und heiß werden lassen. Nudeln abgießen, kurz abtropfen lassen und unter die Tomaten-Bohnen-Sauce mischen. In tiefen Tellern anrichten, nach Belieben mit Petersilie bestreuen.