Rezept

Bohnen und Erbsen mit Käse

Ein Rezept von Bohnen und Erbsen mit Käse, am 26.04.2024

Zutaten

250 g	breite grüne Bohnen
1 EL	Öl
	Salz
150 g	enthülste Erbsen (frisch oder tiefgekühlt)
100 g	Gorgonzola
100 g	Sahne
4	Stängel Bohnenkraut
200 ml	Gemüsebrühe
	Pfeffer, frisch gemahlen
1 Stück	unbehandelte Zitronenschale
2 EL	Parmesan, frisch gerieben
	1/4 Bund Petersilie

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 445 kcal

Zubereitung

1. Bohnen waschen, putzen und schräg in feine Streifen schneiden. Bohnenkraut waschen, trockenschütteln, von den Stängeln zupfen.

2. Öl im Wok erhitzen, die Bohnen darin mit Bohnenkraut 2-3 Min. gut anbraten. Mit der Brühe ablöschen, leicht salzen und pfeffern und zugedeckt bei schwacher Hitze 5 Min. garen. Erbsen untermischen und alles nochmals 2-3 Min. garen.

3. Zitronenschale hacken, Gorgonzola würfeln. Beides mit dem Parmesan und der Sahne unter das Gemüse mischen und unter Rühren schmelzen lassen. Petersilie waschen, trockenschütteln, Blättchen abzupfen und nach Belieben hacken. Das Gemüse abschmecken und mit der Petersilie bestreut servieren.