

Rezept

Bohneneintopf auf Lissabonner Art

Ein Rezept von Bohneneintopf auf Lissabonner Art, am 16.05.2025

Zutaten

250 g getrocknete Wachtelbohnen	250 g getrocknete braune Bohnen
250 g getrocknete weiße Bohnen	4 große Zwiebeln
grobes Meersalz	250 g Schweinebauch
250 g Schweineschulter	1 portugiesische Chorizo (Rohwurst; portugiesischer Lebensmittelladen)
1 Morcheln (Blutwurst, portugiesischer Lebensmittelladen)	2 Nelken
2 Möhren (ca. 200 g)	1 Farinheira (Mehlwurst, portugiesischer Lebensmittelladen)
100 g geräucherter Schinken	300 g Tomaten
4 Lorbeerblätter	100 ml Olivenöl
schwarzer Pfeffer	50 g Schweineschmalz
	Piri-Piri-Öl (portugiesische scharfe Würzsauce)
Außerdem	
2 große Töpfe (à 6 l Fassungsvermögen)	Zahnstocher

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 8 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 975 kcal

Zubereitung

1. Die Bohnen 6-8 Std. in kaltem Wasser einweichen, dabei die weißen Bohnen in ein separates Gefäß geben, dann abgießen und kalt abbrausen.

2. 1 Zwiebel schälen. In einem großen Topf 2,5 l Wasser zum Kochen bringen. 2 TL Meersalz, Wachtelbohnen, braune Bohnen, Zwiebel, Schweinebauch, Schweineschulter, Chouriço, Morcela und Nelken zugeben und ca. 15 Min. offen köcheln. Dann die weißen Bohnen zufügen und alles weitere 40 Min. köcheln. Zwiebel entfernen. Fleisch und Würste aus dem Topf nehmen und abkühlen lassen. Die Farinheira mit einem Zahnstocher mehrmals einstechen, in einem kleinen Topf mit Bohnenbrühe reichlich bedecken und darin ca. 15 Min. köcheln.

3. Inzwischen restliche Zwiebeln schälen und klein würfeln. Möhren putzen, schälen und in Scheiben schneiden. Tomaten kreuzweise einschneiden und kurz mit kochendem Wasser überbrühen, die Haut abziehen. Tomaten halbieren, von Stielansätzen und Kernen befreien und würfeln. Schinken klein würfeln. Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden. Farinheira aus dem Topf nehmen und abkühlen lassen, Brühe aufheben.

4. In einem großen Topf das Olivenöl erhitzen. Zwiebeln und Schinken darin glasig dünsten, Möhren hinzufügen und kurz mitdünsten. Tomaten, Fleisch und Lorbeer dazugeben und unter Rühren kurz dünsten. Mit einem Schaumlöffel die Bohnen aus der Brühe heben, zusammen mit dem Schmalz zum Fleisch geben und untermischen. Farinheira-Brühe zufügen, bis das Gericht mit Flüssigkeit bedeckt ist. Eventuell noch etwas Bohnenbrühe dazugeben. Den Eintopf unter Rühren ca. 10 Min. köcheln und mit Salz, Pfeffer und Piri Piri abschmecken.
-
5. Die Würste auf den Eintopf legen und alles zugedeckt bei niedriger Hitze ca. 15 Min. ziehen lassen. Die Würste herausnehmen, in Scheiben schneiden, mit dem Eintopf vermischen und diesen auf acht tiefe Teller verteilen.