

## Rezept

# Boston Baked Beans

Ein Rezept von Boston Baked Beans, am 22.01.2025

## Zutaten

<b>500 g</b> getrocknete, weiße Bohnenkerne	<b>4</b> Tomaten (aus der Dose)
<b>50 g</b> Zuckerrübensirup (im US-Original wird die amerikanische Rohrzuckermelasse verwendet)	<b>100 g</b> brauner Rohrzucker
<b>1</b> Zwiebel	<b>1 EL</b> scharfer Senf
<b>1</b> Lorbeerblatt	<b>2</b> Nelken
<b>400 g</b> durchwachsener Räucherspeck (im Stück) Cayennepfeffer	<b>100 g</b> Speckschwarte (im Stück) Salz

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Zutaten für 4-6 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min

## Zubereitung

1. Die Bohnenkerne über Nacht in reichlich kaltem Wasser einweichen. Am nächsten Tag das Wasser abgießen und die Bohnen in einem Topf knapp mit frischem kaltem Wasser bedecken, aufkochen und 30 Minuten bei kleiner Hitze kochen lassen.

---

2. Den Backofen auf 175 °C vorheizen. Die Tomaten vierteln. Sirup, 50 g Zucker und Senf mit den Tomaten verrühren. Die Zwiebel schälen und mit den Nelken das Lorbeerblatt »daraufpinnen« – der Profi sagt dazu »gespickte Zwiebel«.

---

3. Einen schweren, ofenfesten Topf, zu dem ein fest schließender Deckel gehört, am Boden mit der Schwarte belegen. Die Bohnen samt Kochwasser mit der Sirupmischung verrühren und in den Topf füllen, die Zwiebel und den Räucherspeck hineindrücken. Deckel drauf und für 3 Stunden in den Ofen (Mitte, Umluft: 150 °C) damit. Oder wie im Wilden Westen im Eisentopf über Nacht in die Glut vom Lagerfeuer stellen.

---

4. Den Topfdeckel abnehmen. Sind die Bohnen noch suppig? Perfekt. Ansonsten ein wenig Wasser dazugießen. Mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken. Nun den restlichen Zucker auf die Bohnen streuen und noch 30-45 Minuten ohne Deckel garen.

---

5. Dann die Zwiebel und die Speckschwarte wegwerfen, den Räucherspeck in dünne Scheiben schneiden und mit den Bohnen servieren. Dazu schmecken Spiegeleier und im Lagerfeueroriginal dunkles Brot, das in Dosen (natürlich nicht von den Bohnen!) in der Glut gebacken wird. Ein ordentlicher Toast geht aber auch.