

Rezept

Braune Bohnen mit Eiern

Ein Rezept von Braune Bohnen mit Eiern, am 23.04.2024

Zutaten

500 g getrocknete braune Bohnen (kleine braune Saubohnen, Pferdebohnen)	4 Eier (Größe L) Schalen von 3 roten Zwiebeln
5 EL Olivenöl	Salz
1 Bund Petersilie	4 Knoblauchzehen
Pfeffer	2 Zitronen

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 530 kcal

Zubereitung

1. Bohnen in kaltem Wasser über Nacht einweichen. Dann die Eier mit den Zwiebelschalen in einen Topf geben, 1/2 EL Olivenöl dazugeben, mit Wasser bedecken und 2 Std. zugedeckt sanft kochen lassen.
2. Bohnen abgießen, mit frischem Wasser bedecken und langsam aufkochen, zugedeckt 1-1 1/2 Std. garen, bis sie gar, aber noch nicht zerfallen sind. Dabei ab und zu Wasser nachgießen (die Bohnen sollten immer davon bedeckt sein).
3. Kurz vor Ende der Garzeit Bohnen salzen. Petersilie waschen und fein hacken. Die Bohnen auf einem Sieb abtropfen lassen, in eine Schüssel geben. Knoblauch schälen und sehr fein hacken, mit den Bohnen, restlichem Olivenöl, Salz und Pfeffer vermischen. Bohnen in Portionsschälchen füllen.
4. Die Eier abschrecken, pellen und vierteln. Über die Bohnen verteilen, mit Petersilie bestreuen. Die Zitronen vierteln und das Gericht nach Belieben damit garnieren.