

Rezept

Bruschetta mit Bohnencreme

Ein Rezept von Bruschetta mit Bohnencreme, am 30.04.2025

Zutaten

200 Bohnenkerne	2 Knoblauchzehen
1 Bund	Salz
100 g getrocknete Tomaten	Pfeffer
12 Scheiben Weißbrot	

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 345 kcal

Zubereitung

1. Bohnen in einer Schüssel mit reichlich Wasser bedecken und 12 Std. (am besten über Nacht) einweichen, dann in ein Sieb abgießen.
2. Knoblauch samt Schale leicht anquetschen, Thymian abbrausen und trocken schütteln. Bohnen, Knoblauch und die Hälfte des Thymians mit 1 l Wasser in einen Topf geben, aufkochen. Bohnen in etwa 1 Std. (je nach Sorte auch länger) bei mittlerer Hitze gar kochen. Wenn die Bohnen weich sind, salzen und noch 5 Min. kochen lassen. Bohnen in ein Sieb abgießen, Kochwasser auffangen. Thymian und Knoblauch entfernen. Bohnen mit einem Stabmixer pürieren, dabei 5-6 EL Kochwasser zugeben.
3. Vom restlichen Thymian die Blättchen abstreifen und grob hacken, die Tomaten klein schneiden. Beides mit der Bohnencreme vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Weißbrot in einer Pfanne ohne Fett auf beiden Seiten goldbraun rösten und mit der Bohnencreme bestreichen.