

Rezept

# Lachseintopf mit Bohnen

Ein Rezept von Lachseintopf mit Bohnen, am 26.04.2024

## Zutaten

<b>1</b> Zwiebel	<b>300 g</b> grüne Bohnen
<b>1 EL</b> Olivenöl	<b>800 ml</b> Tomatensaft
<b>200 g</b> Lachsfilet	<b>100 g</b> Schafskäse (Feta)
Salz	Pfeffer
<b>1 TL</b> getrocknetes Bohnenkraut	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 505 kcal, 32 g F, 34 g EW, 19 g KH

## Zubereitung

1. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Die Bohnen waschen, putzen und in ca. 2 cm lange Stücke schneiden.

---

2. Das Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Bohnen darin bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. andünsten. Den Tomatensaft dazugießen, aufkochen und den Eintopf zugedeckt bei schwacher Hitze 15 - 20 Min. köcheln lassen, bis die Bohnen gar sind.

---

3. Den Lachs kalt abbrausen und ca. 2 cm groß würfeln. Den Feta zerbröckeln. Den Eintopf mit Salz, Pfeffer und Bohnenkraut würzen. Die Herdplatte ausschalten, die Lachswürfel in den Eintopf geben und in ca. 3 Min. gar ziehen lassen. Eintopf mit Feta bestreut servieren.