Rezept

Weisse Bohnen in Limettensenf

Ein Rezept von Weisse Bohnen in Limettensenf, am 24.05.2025

Zutaten

200 g	kleine weiße Bohnenkerne
1	kleine Porreestange
	Salz
2 TL	Dijonsenf
2 EL	Limettensaft
4	Stängel Dill
3 EL	Olivenöl
	frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
1 TL	körniger Senf
1	1/2 TL Honig

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 210 kcal

Zubereitung

1. Bohnen in reichlich kaltem Wasser 12 Std. oder über Nacht einweichen. Die Bohnen am nächsten Tag abgießen und in frischem Wasser je nach Sorte ca. 45 Min. kochen. Durch ein Sieb abgießen und salzen.

2. Dill abspülen und trockenschütteln. Die Spitzen abzupfen und 2 EL hacken, den Rest ganz lassen. Den Porree putzen und gründlich waschen. Von dem weißen Teil ca. 2 EL hacken. Den Rest anderweitig verwenden.

3. Aus Öl, Salz, Pfeffer, den beiden Senfsorten, Limettensaft und Honig eine Sauce rühren. Gehackten Dill und Porree untermischen. Mit den heißen Bohnen vermengen, 1 Std. abkühlen lassen, dabei ab und zu vorsichtig umrühren. Nochmals salzen und pfeffern. Mit Dillzweigen dekorieren.