

Schnüscht (Gemüseeeintopf mit Schnittbohnen)

Zutaten (für 2 Personen):

- 400 g Schnitt- oder Stangenbohnen
- 1 mittelgroße Zwiebel
- 2 mittelgroße Karotten
- 2 Kartoffeln
- 100 g bunte Tomaten
- 500 ml Milch
- 1 frisches Lorbeerblatt
- Salz
- Salz und Pfeffer
- 1 Zweig frisches Bohnenkraut
- Bratöl

Die Bohnen waschen, von den Enden befreien und in mundgerechte Streifen schneiden. In Salzwasser kochen, bis sie beim Biss-Test nicht mehr quietschen. In ein Sieb abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken. Zum Abkühlen beiseitestellen.

Zwiebel, Karotten und Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Tomaten waschen und ebenfalls würfeln. Die Blätter des Bohnenkrauts fein hacken. Zuerst die Zwiebelwürfel in einer Pfanne in Öl anschwitzen, dann die Karotten- und Kartoffelwürfel dazugeben und goldbraun anrösten. Tomaten und abgekühlte Bohnenstreifen hinzufügen und alles mit Milch ablöschen. Das Lorbeerblatt und das fein gehackte Bohnenkraut dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und aufkochen lassen.

Sendung/Quelle: Visite

Sendetermin: 12.07.2021

Koch/Köchin: Thomas Sampl

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen