



Süppchen von geschälten „Dicken Bohnenkernen“

- **Portionen:** 4-6
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 35m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '35', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4-6', 'yield' : " } });
```

Althergebracht , neu überarbeitet, überraschend lecker

Zutaten

- 500 g - 600 g frische Bohnenkerne
- (Oder tiefgekühlt aus dem Supermarkt)
- 1 l Rauchfond oder Rindfleischbrühe
- 50 g magerer Speck in Würfeln
- 2 mittelgroße Zwiebeln in Würfeln
- 100 g heller Lauch in Würfeln
- 1 kleine Karotte in Würfeln
- 1 Kartoffel in Würfeln für die Bindung
- Etwas frisches Bohnenkraut
- 1 El Butter
- 1 Becher Schmand oder Crème fraiche
- Salz, Pfeffer, etwas frisches Bohnenkraut

Zubereitungsart

Schritt1

Vorgehensweise in folgenden Schritten.

Schritt2

Die Vorbereitungen:

Schritt3

Die dicken Bohnen, frisch oder auch T.K. zunächst in Salzwasser mit etwas Bohnenkraut ca. 3 min. blanchieren, abgießen und danach die weißen Häute entfernen.

Schritt4

(Das ist ein wenig Aufwand, aber wesentlich bekömmlicher)

Schritt5

Der Ansatz:

Schritt6

Die Zwiebel und das Gemüse mit der Kartoffel in etwas Butter glasig anschwitzen und 4/5 der Bohnenkerne dazu geben, 1/5 bleibt für die Einlage zurück.

Schritt7

Salzen, pfeffern und etwas gehacktes Bohnenkraut dazu geben, mit der Brühe aufgießen.

Schritt8

20 min. zusammen leise köcheln lassen, dann mit dem Küchenmixer pürieren. Noch einmal aufkochen, die Sahne dazu geben und nachschmecken.

Schritt9

Die Einlage:

Schritt10

Den Speck ausbraten und eine weitere gehackte Zwiebel dazu geben und Alles mit den restlichen Bohnen anschwitzen und als Einlage in vorgewärmte Teller oder Tassen geben..

Schritt11

Gern ergänze ich noch mit einigen gerösteten Brotwürfeln.

Rezeptart: Westfälische Rezepte **Tags:** neu überdacht, regional, überraschend lecker, zünftig

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/sueppchen-von-geschaelten-dicken-bohnenkernen/>