

Weiße Bohnen mit Nudeln

Zutaten für 4 Portionen

300 g weiße getrocknete Bohnen,
4 St. Wacholderbeeren,
1 St. Zwiebel,
2 St. Lorbeerblatt,
300 g Nudeln, (z.B. Gnocchetti di Zita)
4 St. Tomaten,
2 St. grüne Peperoni (Chili),
4 Zehen Knoblauch,
Salz und frisch gemahlener weißer Pfeffer,
Balsamico Essig,
bestes kalt gepresstes Olivenöl.



Zubereitung der weißen Bohnen mit Nudeln

Die Bohnen mit reichlich Wasser bedeckt über Nacht (noch besser 24 Std.) einweichen.

Das Einweichwasser von den Bohnen abschütten und diese in 2l frischem Wasser zusammen mit den Lorbeerblättern, der fein gewürfelten Zwiebel und den Wacholderbeeren 45 Min. garen. Die Tomaten am Stielansatz kreuzweise einschneiden. Das Nudelwasser zum Kochen bringen, 1 EL Salz zugeben und die Tomaten darin eine Minute kochen. Die Tomaten herausnehmen und die Nudeln in das kochende Salzwasser geben. Die Tomaten häuten und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. (Bohnen, Tomatenwürfel und Nudeln sollten etwa die gleiche Größe haben.)

Die gegarten Bohnen abgießen, die Gewürze entfernen und die Hälfte davon mit etwa 6 EL Garflüssigkeit pürieren. Das Bohnenpüree mit den Bohnen wieder erhitzen. Die Peperoni – Schote entkernen, in dünne Streifen schneiden und zu den Bohnen geben. Die Knoblauchzehen abziehen und durch die Knoblauchpresse zu den Bohnen drücken. Das Bohnengemüse kurz aufkochen lassen, mit Salz und reichlich frisch gemahlenem Pfeffer würzen.

Die al dente gegarten Nudeln abgießen und auf die Teller verteilen. Je eine Portion Bohnengemüse und Tomatenstückchen darüber geben. Bester Balsam Essig und feinstes Olivenöl runden das Gericht ab.

Tipp der Aalener Kochbären :

Dieses vegetarische, typisch italienische Gericht wird zum schnellen Nudelgericht, wenn man fertig gegarte weiße Bohnen aus der Dose oder dem Glas nimmt. Bei Bohnen aus der Dose sollte man diese unbedingt mit lauwarmen Wasser gut abspülen um ihnen den typischen „Dosengeschmack“ zu nehmen.