

Bohnenfladen

Zutaten für 10 Stück :

150 g getrocknete kleine weiße Bohnen,
200 g Mehl,
1 Knoblauchzehe,
1 kleiner Zweig Salbei,
2-3 Lauchzwiebeln,
2 EL gehackte Petersilie,
eine Prise Salz,
Öl zum Ausbacken,
100 g saure Sahne.



Zubereitung :

Die Bohnen über Nacht in reichlich Wasser einweichen.

Das Einweichwasser von den Bohnen abgießen. Die Bohnen in reichlich Wasser mit Knoblauch und Salbei weich kochen. Die Bohnen abgießen, dabei das Kochwasser auffangen. Die Gewürze entfernen. Die Bohnen abkühlen lassen.

Die Lauchzwiebeln putzen, waschen und fein hacken. Mehl in eine Schüssel sieben und mit etwa 200 ml Wasser zu einem sämigen Teig verrühren. Lauchzwiebeln, Petersilie, Salz und Bohnen darunter heben.

Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Mit einer kleinen Schöpfkelle den Bohnenteig portionsweise in die Pfanne geben, so daß Fladen von etwa 10 cm Durchmesser entstehen. Die Fladen bei mäßiger Hitze auf einer Seite backen. Sobald sie fest genug sind, umdrehen und fertig backen. Die Bohnenfladen auf Küchenpapier entfetten, warm halten.

Die Bohnenfladen mit einem Klecks saurer Sahne servieren.