

Bohnensuppe mit grünen Bohnen

Rheinische Art mit Mettwurstchen

Für 4 Portionen:

- 1,2 kg grüne Bohnen
- 4 Mettwurstchen
- 1 EL Öl (z.B. Sonnenblumen)
- 400 g Kartoffeln, festkochende Sorte
- 1 L Fleischbrühe, selbst gemacht
- 1 Becher saure Sahne (150 ml)
- 1 EL Mehl
- Salz
- 10 g Hausnatron
- 2 EL Bohnenkraut, getrocknet
- 1 EL Majoran, getrocknet
- 1 TL Pfeffer, schwarz, gemahlen



Zubereitung:

Für die Bohnensuppe mit grünen Bohnen haben wir eine selbst gemachte Fleischbrühe nach unserem Rezept verwendet.

Die Bohnen werden gewaschen, vorne und hinten abgeschnitten und in 2 oder 3 Teile geschnitten. Die von uns verwendeten Schwertbohnen mußten nicht mehr abgefädelt werden. Dann werden sie in 5 Liter kochendem Salzwasser, dem 10 g Hausnatron und 1 EL Bohnenkraut zugegeben wurde, etwa 5 bis 6 Minuten gekocht und anschließend in Eiswasser abgeschreckt. Dadurch wird die schöne grüne Farbe erhalten.

Die Mettwurstchen werden in mundgerechte Stücke geschnitten und im Öl angebraten (gebräunt). Dann wird mit der selbst gemachten Fleischbrühe aufgegossen. Die geschälten und in Würfel geschnittenen Kartoffeln kommen dazu. Das Ganze wird mit Pfeffer, Majoran und dem restlichen Bohnenkraut gewürzt. Mit Salz muss vorsichtig gewürzt werden, da die Mettwurstchen und die Fleischbrühe schon Salz enthalten.

Nach 20 Minuten, wenn die Kartoffelwürfel fast gar sind, kommen die blanchierten Bohnen dazu. Das Mehl wird mit der sauren Sahne verrührt und unter Rühren in die Suppe gegeben. Eventuell noch mit Pfeffer und Salz nachwürzen. Noch 5 Minuten kochen lassen.

Guten Appetit und gutes Gelingen beim Nachkochen wünschen die Kochbären.

© WWW.KOCHBAEREN.DE