



Bohnen-Curry-Gemüse

Zutaten:

300 g Zwiebeln, 1 Knoblauchzehe, 400 g Tomaten, 400 g breite Bohnen, 3 EL Olivenöl, 1 EL Butter, 1 TL Currypulver, 1 EL Ahornsirup, 100 ml Wasser, 200 g Sahne, Salz, 2 EL Sauerrahm, 2 EL frisch gehackter Dill

Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen, Zwiebeln in Streifen, Knoblauch in kleine Würfel schneiden. Die Tomaten waschen, vom grünen Strunk befreien, kreuzförmig einschneiden und in kochendem Wasser kurz überbrühen, enthäuten und in kleine Stücke schneiden und den Saft auffangen.

Die Bohnen putzen und in grobe Stücke schneiden, 3 EL Olivenöl und 1 EL Butter erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch glasig anbraten, Bohnen zugeben, kurz durchschwenken und mit Currypulver bestäuben, Ahornsirup zugeben und mit Wasser ablöschen. Die Flüssigkeit einkochen lassen, Tomaten zugeben und abgedeckt ca. 20 Minuten weich kochen, dabei immer wieder umrühren. Die Sahne angießen, nochmals aufkochen, leicht salzen und kurz vor dem Servieren mit Sauerrahm und Dill verfeinern.