



I have
removed all
the **BAD FOOD**
from the **HOUSE.**
It was
delicious.



BOHNEN-EINTOPF MIT ROTE BEETE UND BERBERE

ZUTATEN

Vorspeise für 4 Personen:

- 85 g weisse Soissonbohnen
- 85 g rote Kidneybohnen
- 85 g schwarze Bohnen
- 400 g Rote Bete
- 40 g Zwiebeln, gehackt
- 1-2 Knoblauchzehen, gehackt
- 2-3 EL Rapsöl
- 25 g Tomatenpüree
- 2 EL Berbere (SoulSpice)
- 550 g Passata
- 550 ml Wasser
- Salz
- 65 g Quark/Soja-Quark
- 10 g Petersilie, gehackt

WIE GEHT'S :

1. Die Bohnen separat über Nacht einweichen. Das Einweichwasser abgessen. Die Bohnen separat weichkochen und auf die Seite stellen. Die Rote Bete in 1.5 cm grosse Stücke schneiden.
2. Das Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Rote Bete andünsten. Tomatenpüree und Berbere begeben und bei kleiner Hitze 5 Minuten mitdünsten.
3. Passata und Wasser begeben und zum kochen bringen. Die Rote-Bete-Stücke weichgaren. Die gekochten Bohnen begeben und nochmals etwas köcheln lassen.
4. Mit Salz abschmecken. Den Eintopf mit Quark und Petersilie garnieren.