



Klassischer Bohneneintopf

Zeit gesamt
1h 10min

Zubereitungszeit
1h

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Buschbohnen	600 g
Kartoffeln, festkochend	400 g
Suppengemüse	1 Bund
Zwiebeln, gelb	1 St.
Rindergulasch	400 g
Salz	
Öl	2 EL
Lorbeerblätter, getrocknet	2 g
Pfeffer, schwarz	
Gemüsebrühe	1.5 L

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf mit Deckel

1. Stangenbohnen waschen, Enden mit einem Messer entfernen, Fäden ziehen und halbieren. Kartoffeln schälen, waschen und in grobe Stücke schneiden. Suppengemüse waschen, ggf. schälen und grob würfeln. Petersilienblättchen von den Stielen zupfen und fein hacken. Die Zwiebel halbieren, schälen und in feine Würfel schneiden. Rindfleisch waschen, trocken tupfen und kräftig salzen.
2. In einem Topf Öl bei hoher Stufe erhitzen, Rindfleisch rundherum von allen Seiten ca. 2–3 Min. braun braten. Den Topf auf niedrige Stufe reduzieren. Zwiebel, Kartoffeln, Suppengemüse, Lorbeer und Pfeffer hinzugeben, mit Gemüsebrühe ablöschen und bedeckt für ca. 25 Min. köcheln lassen. Anschließend die Bohnen in die Suppe geben und für weitere ca. 10 Min. garen.
3. Den Bohneneintopf in Suppenschüsseln servieren und mit Petersilie bestreuen.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	344 kcal
Kohlenhydrate	37 g
Eiweiß	13 g
Ballaststoffe	7 g
Fette	15 g