geht leicht und schmeckt besser als ihr Ruf

#### Grüne Bohnen

für 4 Personen

## Zutaten

800g grüne Bohnen, 2 mittelgroße Möhren, 2 Zweige Bohnenkraut, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 2 Teelöfel gehackte Thymianblättchen,

2 Esslöffel Keimöl, 250ml Gemüsebrühe, 4 Esslöffel Crème fraîche,

1 Teelöffel Salz, 100g Speckwürfel, 100ml trockener Weißwein

# Zubereitung

- 1. Bohnen putzen (lange Fäden entfernen) und waschen, ggf. halbieren
- 2. Möhren schälen und fein würfeln (ca. 1cm Kantenlänge)
- 3. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein schneiden
- 4. Öl im Topf erhitzen und Zwiebeln und Knoblauch darin anbraten
- 5. die Bohnen und Möhren dazugeben und von allen Seiten im Öl kurz anbraten
- 6. die Gemüsebrühe heiß machen und dazugeben
- 7. nach Geschmack den Weißwein zugeben
- 8. das Bohnenkraut und die Speckwürfel dazugeben und
- 9. das ganze im geschlossenen Topf 15-20 Minuten bei schwacher Hitze gar kochen
- 10. das Bohnenkraut entfernen und die Crème fraîche unterziehen
- 11. ja nach Geschmack noch etwas nachsalzen (hängt vom Salzgehalt der Gemüsebrühe ab)
- 12. das Gemüse anrichten und mit den Thymianblättchen bestreuen

# Zeitbedarf

20 Minuten für die Vorbereitung, 25 Minuten für s Kochen

## dazu paßt

Lammfleisch, Rehkotelett, Kartoffelgratin

