



Bohnen-Eintopf mit Cabanossi

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	2 St.
Paprika, gelb	2 St.
Paprika, rot	1 St.
Öl	2 EL
Gemüsebrühe	500 ml
Tomaten, gehackt	800 g
Thymian, gerebelt	0.5 TL
Salz	
Cayennepfeffer	
Zucker	
weiße Bohnen in der Dose	300 g
Cabanossi	4 St.
Petersilie, frisch	10 g

Zubereitung

 Küchenutensilien

großer Topf, Sieb

1. Zwiebeln halbieren, schälen und fein würfeln. Paprikas waschen, halbieren, Strunk und Kerne entfernen und würfeln.
2. In einem Topf Öl auf hoher Stufe erhitzen und Zwiebel mit Paprika ca. 3 Min. anbraten. Brühe und gehackte Tomaten zugeben, mit Thymian, Salz, Cayennepfeffer und etwas Zucker würzen und zugedeckt ca. 15 Min. garen.
3. Bohnen in ein Sieb abgießen. Cabanossi in dicke Scheiben schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und hacken.
4. Bohnen und Cabanossi in den Topf geben und ca. 5 Min. erwärmen. Bohnen-Eintopf abschmecken und mit Petersilie bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	733 kcal		
Kohlenhydrate	54 g	Ballaststoffe	11 g
Eiweiß	30 g	Fette	46 g