




# Bohnen mit gebratenen Birnen und Speck



 Zeit gesamt  
35min

 Zubereitungszeit  
35min

 Schwierigkeit  
Einfach

## Zutaten

für 4 Portionen

Salz

Buschbohnen 750 g

Birnen 500 g

Südtiroler Speck 100 g

Butter 3 EL

Majoran, getrocknet 2 TL

Pfeffer, schwarz

## Zubereitung

 Küchenutensilien

mittlerer Topf mit Deckel, mittlere Pfanne

1. In einem Topf Salzwasser zugedeckt auf höchster Stufe erhitzen. Bohnen waschen, Enden dünn abschneiden und im kochenden Salzwasser ca. 10 Min. garen.
2. In der Zwischenzeit Birnen schälen, halbieren, entkernen und in Spalten schneiden. Speck in Scheiben schneiden. Eine Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen, Speck darin auslassen und herausnehmen. 1 EL Butter in die Pfanne geben, Birnen darin von jeder Seite ca. 3 Min. anbraten, Speck hinzugeben und mit Majoran und Pfeffer abschmecken.
3. Die Bohnen abgießen, auf einem Teller mit Birnen und Speck servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 283 kcal

Kohlenhydrate 33 g

Eiweiß 11 g

Ballaststoffe 9 g

Fette 14 g