



SEXYGLASFUTTER.DE

[PARTYFOOD](#) – [FINGERFOOD](#) – [TO GO FOOD](#) - [VEGETARISCH](#) – [VEGAN](#) - [PROTEINFOOD](#)

Rheinische Sauerbohnen



Einkaufsliste:

Schneidebohnen, milchsäurevergoren, 500 g Beutel

Zwiebeln, 2

Schinkenwürfel, ca. 200 g

Kartoffeln, 2 große, mehlig kochend

Lauchzwiebeln, 3

Bohnenkraut, 1 Bund

Mineralwasser

Mettwürste, 4 dünne



SEXYGLASFUTTER.DE

[PARTYFOOD](#) – [FINGERFOOD](#) – [TO GO FOOD](#) - [VEGETARISCH](#) – [VEGAN](#) - [PROTEINFOOD](#)

	 einfach	 preiswert
	 warm servieren	 gut einzufrieren

Vorbereitungen:

- Schneidebohnen gründlich abspülen (sie sind sonst zu sauer)
- Kartoffeln kochen (ca. 30 min.), abkühlen und schälen
- in kleine Würfel schneiden (ca. 1 cm)
- Zwiebeln, Lauchzwiebeln und Bohnenkraut klein schneiden
- Mettwürste in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden

Zubereitung:

- In einem großen Topf die Würste und die Schinkenwürfel anrösten (dabei tritt Fett aus, das wir zum Anbraten weiter nutzen).
- Zwiebeln hinzufügen und ca. 3 min. anschwitzen
- Kartoffelwürfel zufügen, ca. 10 min. mitbraten
- Die sauren Schneidebohnen unterrühren und mit ca. 200 ml Mineralwasser auffüllen.
- Lauchzwiebeln und Bohnenkraut zufügen und im geschlossenen Topf weitere 30 min. köcheln lassen

Tipps:

- Die mehligten Kartoffeln dienen der sämigen Bindung. Bei Bedarf können weitere Kartoffelwürfel zugefügt werden. Sollte nur wenig Bindung fehlen, kann man etwas Kartoffelpulver unterrühren.
- Die besten Schneidebohnen stammen von der Firma Seidel aus Sechtem.
- Das Gericht schmeckt aufgewärmt am zweiten Tag noch besser.
- Weitere Beilagen sind nicht nötig.
- Dazu paßt ein kräftiger Grauburgunder oder ein malziges frisches Kölsch