

Kartoffel-Bohnen-Ragout

Bio Kochbox KW 18

mit Tomaten



Kartoffel-Bohnen-Ragout mit Tomaten



MENGENHINWEIS:

- Für 1 Portion die Mengen halbieren
- Für 4 Portionen die Mengen verdoppeln

Für 2 Portionen:

- 400 g Kartoffeln
- 1 Glas weiße Bohnen
- 1 Dose gehackte Tomaten
- 1 Zwiebel

Eigener Vorrat:

- Salz, Pfeffer
- 2 EL Olivenöl
- 1 TL Thymian
- 1 Knoblauchzehe

Zubereitung:

Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch fein hacken. Öl in einem Topf erhitzen und Zwiebel 3 Minuten glasig dünsten. Knoblauch zugeben, dann Kartoffeln kurz mit anrösten. Mit Tomaten ablöschen und Thymian zugeben. Ca. 15 Minuten köcheln lassen, bis die Kartoffeln weich sind. Bohnen abspülen und die letzten 5 Minuten mitgaren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.