

# Rheinischer Schnibbelbohne Eintopf

## Zutaten | 4 Portionen

3 - 5	Kartoffeln, mehlig kochend
2	Zwiebeln
500 g	Schnibbelbohnen, michtsauer vergoren
200 g	geräucherter Speck
4	Mettenden
500 ml	Gemüsebrühe
1 EL	Majoran, getrocknet
1 TL	Bohnenkraut, getrocknet
1 ½ Becher	Schmand
	Salz, Pfeffer
	frische Petersilie

Zubereitungszeit: 1Std. 20 Min.

## Zubereitung:

- Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln abziehen und fein würfeln.
- Bohnen abspülen, um die Säure zu reduzieren. Je länger die Bohnen ab gespült werden, desto milder wird der Eintopf.
- Speck würfeln und kross anbraten bis das Fett ausgelassen ist. Mettenden in mundgerechte Stücke schneiden und mit dem Speck kurz anrösten.
- Kartoffeln und Zwiebeln ebenfalls zum Speck geben und anschwitzen.
- Bohnen dazu geben und alles mit der Gemüsebrühe ablöschen. Majoran, Bohnenkraut und Schmand unterrühren und den Eintopf etwa 90 Minuten bei kleiner Flamme köcheln lassen.
- Das Gemüse zwischendurch immer wieder umrühren. Und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Petersilie waschen, trocken tupfen und fein hacken.
- Vor dem Servieren den Schnibbelbohne Eintopf mit der frischer Petersilie garnieren.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 477 g

## Nährwerttabelle

---

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
671 kcal	52,8 g	30,1 mg	21,7 g	108 mg