

Gemüse bringt's

Die Gemüsebox im Abonnement

Buschbohnen im pikanten Kokosrahmen

Zutaten: 500 g Buschbohnen, 100 ml Kokosmilch (cremig), eine Zwiebel (fein geschnitten), 2 TL Gemüsebrühe, 1 TL Paprikapulver (mittelscharf), 1 EL Tomatenmark

Zubereitung: Die Bohnen waschen und die beiden Enden abschneiden, evtl. in kurze Stücke teilen. In einen Topf die Kokosmilch einfüllen und Paprikapulver, Zwiebeln, Tomatenmark und die Gemüsebrühe gut einrühren. Die Bohnen draufgeben und einmal kurz aufwallen lassen. Umrühren, mit einem Deckel bedecken und bei niedriger Temperatur bis zur gewünschten Bissfestigkeit köcheln lassen.

Als Beilage reicht dies für 2 Personen.

Guten Appetit wünscht ihr **Gemüsebringt's**-Team
www.gemuese-bringts.com