



Weißer Bohnensuppe

Welche Erinnerungen oder Geschichte verbinden Sie mit dieser Suppe und der Herkunftsregion der Suppe?

Diese Suppe gab es in meiner Heimat, der Türkei, häufig an den Festtagen.

Die Zutaten für diese Suppe sind:

250g weiße Bohnen

250g Rindergulasch

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1 EL Tomatenmark

1 EL Paprikamark

1 EL Butter

Olivenöl

700 ml Wasser

1 TL Paprikapulver Edelsüß (gehäuft)

1 TL Pfeffer (gestrichen)

1 TL Salz (gestrichen)

2 EL gehackte Petersilie

Das Rezept für diese Suppe lautet:

Die weißen Bohnen waschen und in kaltem Wasser mindestens 6 Stunden einweichen. Das Wasser zwischendurch einmal wechseln.

Die Bohnen dann abgießen und mit frischem Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und ca. 5 Minuten kochen, dann abgießen. Das Vorkochen entfernt den Schaum und sorgt dafür, dass die Bohnen später gleichmäßiger garen.

Die Zwiebeln abziehen und würfeln. Den Knoblauch schälen und hacken.

Das Olivenöl in einem Schnellkochtopf erhitzen. Das Fleisch darin rundherum anbraten, dann die Zwiebelwürfel dazugeben und einige Minuten mitbraten. Den Knoblauch zugeben und kurz mitbraten. Dann Tomaten- und Paprikamark untermischen und 2 - 3 Minuten mitbraten. Die Butter und die Gewürze dazugeben. Alles mit dem Wasser aufgießen, sodass alles gut 2 - 3 fingerbreit bedeckt ist. Den Deckel schließen. Den Eintopf auf hoher Stufe ankochen, bis sich Druck aufgebaut hat (Kochstufe 2), dann den Herd auf niedrige Hitze herunterschalten und das Gericht 20 Minuten unter Druck garen. Den Herd ausschalten und den Topf noch 30 Minuten auf der Herdplatte stehen lassen.

Dann den restlichen Druck ggf. ablassen. Den Eintopf noch einmal abschmecken und mit Reis- oder Bulgur-Pilav oder Fladenbrot servieren.

Wer keinen Schnellkochtopf benutzt, geht genauso vor, allerdings brauchen die Bohnen dann gut 90 - 120 Minuten, bis sie weich sind.

Tipp:

Kuru Fasulye ist ein authentischer, einfacher und sehr leckerer Eintopf.

Paprikamark gibt es entweder im türkischen Laden oder in der Feinkostabteilung gut sortierter Supermärkte, aber Achtung: Es gibt mildes (tatlı) oder scharfes (acı) Paprikamark.

Diese Suppe serviert Ihnen:

Makbule Barseyten
Bebra
