Dicke-Bohnen-Suppe

Dicke-Bohnen-Suppe nach Omas Art hat drei Geheimzutaten: Selbstgemachten Fond, knusprig gebratene Mettenden und jede Menge Liebe. Bei diesem Eintopf wird dir direkt wohlig warm. Wir lieben dieses Rezept vor allem wegen dem vielen Gemüse und der cremigen Sauce. So kommen die dicken Bohnen richtig schön zur Geltung und das Ergebnis ist eine farbenfrohe Suppe voller Geschmack. Ein Löffel und man hat das Gefühl, wieder an Omas Küchentisch zu sitzen.



Dicke-Bohnen-Suppe | Foto: Linda Katharina Klein
Zutaten (4 Portionen): 300 Gramm festkochende Kartoffeln | 300 Gramm Karotten | 300 Gramm Sellerie | 200 Gramm Zwiebeln | 150 Gramm Lauch | 100 Gramm Speck | 100 Gramm geräucherter Bauchspeck | 300 Gramm Mettenden | 2 Gläser dicke Bohnen (je 680 Gramm) | 50 Gramm Butter | 50 Gramm Mehl | 150 Milliliter Kondensmilch (alternativ Sahne) | 600 Milliliter Gemüsefond (ich empfehle selbstgemachten Fond, da die gekauften nicht so aromatisch sind) | 0,5 Teelöffel Bohnenkraut | 0,5 Teelöffel Majoran | 1 Teelöffel Pfeffer | 3 Esslöffel Salz



Dicke-Bohnen-Suppe | Foto: Linda Katharina Klein

Zubereitung (60 Minuten): 1. Kartoffeln schälen, in mundgerechte Würfel schneiden. 2. Karotten und Sellerie schälen, in kleine Würfel schneiden. 3. Lauch waschen und in Halbringe schneiden. 4. Kartoffelwürfel in reichlich Salzwasser kochen, nach fünf Minuten das restliche Gemüse dazugeben und weitere fünf Minuten kochen, dann abschütten und kurz in kaltem Wasser abschrecken. 5. In der Zwischenzeit die Zwiebeln schälen und zusammen mit dem Speck feinwürfeln. 6. Speck in einem großen Topf auslassen und herausnehmen sobald er knusprig ist. 7. Jetzt die Zwiebeln im ausgelassenen Fett glasig braten und dann ebenfalls herausnehmen. 8. Bauchspeck und in Mettenden in mundgerechte Stücke schneiden und ebenfalls separat anbraten und dann herausnehmen. 8. Butter im Topf schmelzen und dann das Mehl zugeben. 9. Mit Gemüsefond ablöschen und Kondensmilch hinzugeben. 10. Ein Glas Bohnen mit samt dem Saft hinzugeben, bei dem zweiten zunächst den Saft abschütten. 11. Majoran, Bohnenkraut und Pfeffer hinzugeben und circa zehn Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen. 12. Das Gemüse, Mettenden und Bauchspeck hinzugeben und weitere zehn Minuten ziehen lassen und mit Salz (circa zwei Esslöffel) abschmecken.

Jetzt noch mehr Hausmannskost, Suppen & Eintöpfe und mehr Rezepte mit Bohnen!

Nährwerte/Portion: 754 Kalorien | 33,2 Gramm Fett | 63 Gramm Kohlenhydrate | 41,8 Gramm Eiweiß