



Bunter Chorizo-Bohnen-Eintopf

mit frischen Kräutern und Apfel



20-30min



4 Portionen

Ein farbenfroher Eintopf aus deftiger Chorizo, frischer Paprika, weißen Bohnen und vielen duftenden Kräutern schmeckt zu jeder Tages- und Jahreszeit vorzüglich, mit frischem Apfel kommt heute eine feine Frucht- und Säurenote mit ins Spiel. Zum Auftunken des köstlichen Suds gibt es knusprige Vollkornbrötchenscheiben. Guten Appetit!

- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Paprika
- 2 Äpfel
- 10g Petersilie & Rosmarin
- 200g Chorizo, gewürfelt ²
- 2 Dosen gehackte Tomaten
- 2 Dosen weiße Bio-Bohnen
- 2 Pck. Hühnerbrühgewürz
- 2 Vollkornbaguettebrötchen ^{1,3}

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- großer Topf

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Gluten (1), Milch (2), Sesamsamen (3).
Kann Spuren von anderen Allergenen
enthalten.

Energie 745kcal, Fett 32.3g,
Kohlenhydrate 76.0g, Eiweiß 31.1g



Den Backofen auf 200°C (180°C Umluft) vorheizen. Die **Zwiebeln** schälen und in feine Würfel schneiden. Den **Knoblauch** schälen und ebenfalls fein würfeln.



Die **Zwiebeln**, die **Paprika**, die **Äpfel** und die **Chorizo** in einem großen Topf mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. anbraten. Den **Knoblauch** unterrühren und mit den **gehackten Tomaten** und den **Bohnen samt Flüssigkeit** ablöschen. Das **Brühgewürz** einrühren und den **Eintopf** ca. 5Min. sanft köcheln lassen. Bei Bedarf etwas Wasser hinzugeben.



Die **Paprika** vierteln, entkernen und in ca. 1 cm kleine Stücke schneiden. Die **Äpfel** ebenfalls vierteln, vom Kerngehäuse befreien und in ca. 1 cm kleine Stücke schneiden.



Die **Brötchen** aufschneiden und die Schnittflächen mit 2EL Olivenöl beträufeln. Die **Brötchenhälften** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech 4-5Min. im Ofen knusprig aufbacken. Anschließend in ca. 2cm dicke, schräge Scheiben schneiden.



Die **Petersilie samt Stängeln** fein hacken. Die **Rosmarinnadeln** von den Stängeln zupfen und fein schneiden.



Den **Eintopf** mit den **Kräutern nach Geschmack** verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit den **Brötchenscheiben** servieren.