



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. Hühnerbrühwürstchen
- 2 Vollkornbaguettebrötchen ^{1,3}

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- großer Topf

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

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



1. Zwiebeln schneiden

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



4. Eintopf ansetzen

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.



2. Paprika schneiden

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.



5. Brötchen aufbacken

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.



3. Kräuter schneiden

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



6. Eintopf abschmecken

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