

Olbi's Bud Spencer Bohnen

Moin Moin

Da ich heute Abend alleine bin, mach ich doch mal einen schönen Bud Spencer Abend.

Die Bud Spencer DVD Sammlung sortiert und einen Dutch Oven voll Bohnen gemacht

Zutaten:

125g durchwachsenen Speck
2 Knoblauchzehen
2 Cabanossi
1 Gemüsezwiebel
1 Dose Tomaten
1 Dose Bohnen, weiß
1 Dose Kidneybohnen
125g Joghurt
1 TL Thymian
1 TL Pfeffer
2 TL Chili
1 TL Paprika
1 TL Oregano
 $\frac{1}{2}$ TL Räuchersalz

Zubereitung:

Die fein gewürfelten Zwiebeln werden mit dem Speck schön im DO angeschwitzt
Dann die in Scheiben geschnittene Cabanossi

Nach ca: 20min die Tomaten aus der Dose mit dem Saft aus der Dose hinzu geben.

Jetzt kommen die vorher in einem Sieb abgetropften Bohnen hinzu.

Jetzt alles nochmals gut köcheln lassen 20 min.

Zum Schluss alle Gewürze und den Joghurt dazu geben.

Jetzt noch alles kurz aufköcheln

Wie gefällt dir der Beitrag?

[ratings]

Du benötigst weitere Informationen?

Du möchtest Anregungen oder Kritik loswerden?

Dann hinterlasse mir doch unten einen Kommentar

LG Olbi



