

BOHNENPÜREE

6 Personen

Zutaten:

- Eine Dose Kidneybohnen
- Eine Ochsenherztomate
- Eine Rote Chilischote
- Rosenpaprikapulver
- Tomatenmark
- Rapsöl
- 2 Schalotten
- Salz
- Kreuzkümmel
- Dunkler Rotwein
- Salz

So wird's gemacht:

Kidneybohnen aus der Dose nehmen und in einem Sieb gründlich waschen, dann abtropfen lassen. Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Die Tomate waschen, den Strunk entfernen und ebenfalls klein würfeln. Die Chilischote waschen, entkernen und klein hacken.

Öl in einem Topf erhitzen, die Zwiebeln darin goldgelb anrösten, dann Tomatenmark, Bohnen, Tomate und Chilischote hinzufügen. Mit 200 ml Rotwein ablöschen, mit Kreuzkümmel und Paprikapulver würzen und die Mischung ca. 40 Minuten auf kleiner Flamme leicht köcheln lassen, bei Bedarf Wasser nachgießen. (Das Püree sollte am Löffel kleben.)

Nun mit einem Stabmixer grob zu einem Püree zerkleinern und mit Salz, ggf. Kreuzkümmel und/oder Paprika nachwürzen.