



Italienischer Bohneneintopf (Pasta Fagioli)

45 Minuten, Einfach



Zutaten:

2 große Dosen Bohnen, 20 dag Nudeln (Farfalle oder ähnlich kleine Pastanudeln), 1 große Zwiebel, 4 Knoblauchzehen, 2 EL glattes Mehl, 1/2l Rind- oder Würfelsuppe, Pfeffer, Salz, Öl zum Anbraten

1. Bohnen abseihen, Flüssigkeit aufheben.
2. Nudeln bissfest („al dente“) kochen.
3. Zwiebeln fein hacken, in Öl braun rösten, durch eine Knoblauchpresse gepressten Knoblauch kurz mitrösten.
4. Mit Mehl stauben, mit Suppe und der abgeseihten Bohnenflüssigkeit aufgießen und einmal aufkochen lassen, um die Sauce gut zu binden. Nach Bedarf mit Salz und Pfeffer würzen, abschmecken.
5. Bohnen und abgeseihete Nudeln beifügen und ca. 5 Minuten ziehen lassen.

4 Portionen - Pro Portion: 306 kcal