

Griechische Bohnen

Kategorie: Gemuese, Bohnen, Beilage, Knoblauch

Zutaten:

500 g frische gruene Bohnen

1/4 l Tomatensaft

50 ml Olivenoel

3 Knoblauchzehen, gepresst

3 Tomaten, geviertelt

1 Zwiebel, feingehackt

1 Bd. Petersilie, gehackt

Oregano

Paprika

Salz

Pfeffer

Garlic, Kueche fuer Knoblauch

freunde, Papyrus Verlag



Zubereitung:

Die geputzten Bohnen in 5 cm lange Scheiben schneiden, im Tomatensaft gar duensten, Tomaten, Zwiebel, Petersilie und Oregano halbgar duensten. Mit den halb-garen Bohnen vermischen, mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken und ca. 5 Minuten weiter garen.