



R e z e p t

Ahle Wurst mit weißen Bohnen

Ein Rezept, für das Sie fast nichts brauchen: Ahle Wurst, weiße Bohnen, Frühlingszwiebeln und ein bisschen was zum Würzen. Der Geschmack lässt trotzdem nichts zu Wünschen übrig: würzig, herzhaft und nährend.

Zutaten für 4 Personen

- 100 g Ahle Wurst
- 200 g getrocknete Cannellini-Bohnen
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- Olivenöl, Salz, Pfeffer

Zubereitung

- Cannellini-Bohnen über Nacht in viel kaltem Wasser einweichen.
- Danach abgießen und mit frischem Wasser aufsetzen, aufkochen und leicht salzen. Ca. 40 Minuten kochen, bis sie gar sind, aber auch noch etwas Biss haben. Abgießen und abtropfen lassen.
- Ahle Wurst ohne Haut fein würfeln. Geputzte Frühlingszwiebeln in schmale Ringe schneiden, Knoblauch fein hacken.
- Zunächst die Ahle Wurst in Olivenöl etwa 5 Minuten bei niedriger Hitze dünsten, dann Frühlingszwiebeln und Knoblauch zufügen und weitere 5 Minuten mitdünsten.
- Mit Salz und Pfeffer abschmecken, Bohnen einrühren und alles zusammen warm werden lassen, aber nicht heiß.
- Noch etwas frisches Olivenöl zufügen und servieren.