Fisolen-Tomaten-Gemüse

Das Rezept für das Fisolen-Tomaten-Gemüse, wie hier mit Reis serviert ist ein vorzügliches, vegetarisches Gericht.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 25 min

Gesamtzeit: 45 min



Zutaten

800 g	Fisolen
1 Stk.	Paprika
1 Dose	Tomaten gewürfelt (400 g)
1 EL	Öl
200 ml	Gemüsebrühe
2 Stk.	Knoblauchzehe
3 Zweige	Bohnenkraut
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

1. Die Fisolen putzen, waschen und in mundgerechte Stücke zerteilen. Den Paprika waschen und in kleine Stücke schneiden, Knoblauchzehen schälen.

2. Das Pflanzenöl in einem Topf erhitzen, Fisolen und Paprika kurz andünsten. Die Tomaten zugeben, zerdrücken und mit der Gemüsebrühe aufgießen. Jetzt die Knoblauchzehen dazu pressen, Bohnenkraut zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

3. Das **Fisolen-Tomaten-Gemüse** zugedeckt etwa 25 Minuten auf kleiner Hitze köcheln lassen.

Tipp