Schnell gemachte Dillfisolen

Mit diesem Rezept sind schnell gemachte Dillfisolen kein Problem und besonders für kräftige Rindersteaks als Gemüsebeilage geeignet.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 15 min

Gesamtzeit: 25 min



Zutaten

700 g	Fisolen
200 ml	Rindsuppe
200 ml	Sauerrahm
1 EL	Butter
1 EL	Mehl
1 EL	Dillspitzen
1 Messerspitze	Speisesoda
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 Schuss	Weißweinessig

Zubereitung

1. Für schnell gemachte Dillfisolen die Enden der Fisolen entfernen und in etwa 3 Zentimeter lange Stücke schneiden. Kurz durchwaschen und in kochendes Salzwasser geben. Etwas Speisesoda hinzufügen, damit die kräftig grüne Farbe erhalten bleibt, und die Fisolen für etwa 10 Minuten garen. Danach abgießen und mit kalten Wasser abschrecken.

2. In einer großen Pfanne Butter zerlassen und das Mehl darin etwas hellbraun anrösten lassen. Die Pfanne vom Herd nehmen und mit der Rinderbrühe auffüllen. Sofort mit einem Schneebesen verrühren. Nach und nach den Sauerrahm unterheben.

3. Auf dem Herd wieder aufkochen lassen. Die Fisolen dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und einem Spritzer Essig abschmecken und für weitere 5 Minuten ziehen lassen. Zum Schluss fein gehackten Dill unterrühren. Die fertigen Dillfisolen in einer Beilagenschüssel servieren.

Tipp

Kross gebratene Erdäpfel und schnell gemachte Dillfisolen sind ideale Begleiter zu kurz gebratenen Fleischgerichten. Für eine süß-saure Note etwas kräftiger mit Essig und Zucker abschmecken. Frisch gehacktes Fisolenkraut stellt eine hervorragende Würze her.