



Lebendiges Land
Ökologische Produkte

Rezept der Woche KW28 | 2022

Bohnen-Bruschetta

für 4 Personen

Zutaten

- 350 g dicke Bohnenkerne
- 100 g Staudensellerie
- Kräuter zum Bestreuen
- 8 Ciabatta-Scheiben
- 75 g Manchego Käse
- 6 EL Olivenöl
- 1 EL Zitronensaft
- Meersalz (grob)
- Salz

Zubereitung

Bohnenkerne in kochendes Salzwasser geben und 4 Min. kochen, abgießen und abschrecken. Die Kerne aus der Pergamenthaut lösen und in eine Schüssel geben.

Staudensellerie entfädeln und in sehr feine Scheiben hobeln. Manchego grob reiben oder hobeln. Zu den Bohnen geben und mit 4 EL Olivenöl, Zitronensaft und grobem Meersalz mischen.

Die Ciabatta-Scheiben mit 2 EL Olivenöl einstreichen. Unter dem vorgeheizten Grill auf der mittleren Schiene 2-3 Min. rösten, dabei einmal wenden.

Bohnen auf den Brotscheiben verteilen, mit Kräutern (z.B. Schnittlauch) bestreuen und sofort servieren.