

Grüne Bohnen nach Nizza-Art

Zutaten für ca. 4 Personen:

1 kg grüne Bohnen
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
6 Tomaten
1 EL Olivenöl
Kräuter der Provence
Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Die Bohnen putzen, waschen und in etwa 1 cm große Stücke schneiden. In kochendem Salzwasser etwa 10 Minuten blanchieren und anschließend kalt abschrecken.

Zwiebel und Knoblauchzehe schälen, in Streifen schneiden und in Olivenöl andünsten. Die Bohnen zu den Zwiebeln geben und erhitzen.

Die Tomaten schälen, würfeln und zugeben.

Die Bohnen mit Kräutern der Provence, Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp: Die grünen Bohnen nach Nizza-Art passen besonders gut als Beilage zu Lamm, Fisch oder Geflügel. Mit Kartoffeln, Couscous oder Baguette und beispielsweise Feta lassen sie sich aber auch gut als leichtes vegetarisches Hauptgericht servieren.