

WEISSE BOHNEN-WIRSING PFANNE MIT CHORIZO

WEISSE BOHNEN-WIRSING PFANNE MIT CHORIZO

Kalte Tage schreien nach deftigen, warmen Mahlzeiten. Das bedeutet aber nicht, dass es nur Gulasch geben darf und auch nicht, dass man nicht eine schöne bunte Pfanne zaubern kann. Bei mir gibt es von allem etwas – dicke weiße Bohnen, Mais, Wirsingkohl und Chorizo. Ich hatte dazu Brot geplant, durch die Bohnen ist das Ganze aber auch ganz alleine ausreichend gewesen.



Zutaten für 3 Personen:

400g dicke weiße Bohnen (aus dem Glas)

1 EL Butter

1/2 Zwiebel

Pfeffer & Salz

200g Chorizo

3-4 EL Mais

1/3 Wirsingkohl

1 rote Spitzpaprika

Zubereitung:

Wenn ich das gerade so rekapituliere war da wirklich nicht viel drin. Aber lecker war's. Ich habe die Flüssigkeit aus dem Bohnenglas abgegossen und die Bohnen im Glas einmal mit Wasser durchgespült.

Die Butter in der Servierpfanne schmelzen lassen und die sehr fein geschnittenen Zwiebel-Halbringe darin farblos anschwitzen. Die Bohnen dazu geben und bei mittlerer Hitze (Stufe 7 von 14) erwärmen. Mit Pfeffer & Salz würzen.



Die Chorizo in Scheiben schneiden und ohne zusätzliches Öl in der Pfanne anbraten.



Der Mais darf mit in die Bohnenpfanne.



Den Wirsing in Streifen und die Paprika in dünne Ringe schneiden und beides mit in die Chorizo-Pfanne geben.



Ein Glas Wasser zufügen und unter regelmäßigem Umrühren so lange braten bis der Kohl weich wird und etwas zusammen fällt.



Den Chorizo-Gemüse Mix in die Bohnenpfanne geben und alles gut miteinander vermengen. Nochmal mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Ich stelle das Essen direkt in der Servierpfanne auf den Tisch - so kann sich jeder selbst aus der Pfanne auf tun und das Essen bleibt schön warm.

Greift zu!

