






Pulpo & Chorizo auf dreierlei Bohnen

 Leicht  35 min  4 Personen

Zutaten

- 4-6 Pulpoarme, aufgetaut
Art.-Nr. 83300 auf
www.deutschesee.de/shop
- 200 grüne Bohnen
- 200 g gelbe Bohnen
- Salz
- 4 dunkelrote Tomaten,
mittelgroß
- 100 g Saubohnenkerne,
aufgetaut
- 1 rote Zwiebel
- 4 EL Taggiasche Olive
- 4 EL sehr gutes Olivenöl,
kaltgepresst
- Pfeffer
- Olivenöl zum Braten
- 4 Chorizos
- 4 Zweige Bohnenkraut

Unser Online Shop: Lieferung bis an die Haustür

Zubereitung

Schritt 01

Grüne und gelbe Bohnen putzen, in Salzwasser auf den Punkt kochen und anschließend kalt abschrecken. Bohnen getrennt kochen, da sie unterschiedliche Garzeiten haben. Tomaten kurz in kochendes Wasser geben und abschrecken. Die Haut abziehen, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch achteln.

Schritt 02

Die Saubohnen aus der dicken Haut pulen und die Zwiebel in Streifen schneiden. Bohnen mit Tomatenfleisch, Zwiebelstreifen, Oliven und dem kaltgepressten Olivenöl vermengen. Das Gemüse mit Salz, Pfeffer und Bohnenkraut abschmecken.

Schritt 03

2 Pfannen mit Olivenöl aufstellen und jeweils die Pulpoarme und die Chorizo krossbraten. Den Pulpo mit Salz und Pfeffer würzen. Pulpo und Chorizo auf den Bohnen anrichten und mit Rotwein und Brot servieren.

Unser Online Shop: Lieferung bis an die Haustür