



## Bohnengulasch

500 g Bohnen ( Stangenbohnen ), 1 m.-große Zucchini, 1 gelbe Paprika, 1 rote Paprika, 2 Zwiebeln, 3 Knoblauchzehen, 2 EL Paprikapulver mild (gehäuft), ½ EL Paprikapulver scharf, 2 EL Balsamico, 2 EL Tomatenmark, 1 TL Salz, Pfeffer, Kümmel, 4 EL Olivenöl, 1 Liter Brühe, 125 ml Sauerrahm, 1 EL Stärkemehl ( wenn nötig )

Bohnen in ca. 3 cm lange Stücke schneiden, Zwiebel und Knoblauch klein hacken, Paprika in Stücke schneiden, ungeschälte Zucchini würfelig schneiden. Öl erhitzen, die Zwiebel darin goldbraun anrösten, mit Essig und Brühe aufgießen – Knoblauch, Paprikapulver, Tomatenmark, Salz, Pfeffer, Kümmel dazugeben und 1x aufkochen lassen – die Bohnen dazugeben und ca. 15 min köcheln lassen, dann die Paprikastücke und Zucchini hinein geben und fertig kochen noch ca. 10 Minuten. Sauerrahm mit dem Mehl und etwas Wasser glatt verrühren und mit dem Schneebesen einrühren, kurz aufkochen lassen – evtl. noch nachwürzen.