

# Grüne Bohnen im Speckmantel



**Zubereitungszeit:** 25 min  
**Garzeit:** ca. 15 min  
**Schwierigkeitsgrad:** leicht

**Für 4 Personen**

**Zutaten:**

600 g Keniabohnen  
16 Scheiben Speck  
2 EL Olivenöl  
1 rote Zwiebel  
1 TL frisches Bohnenkraut  
2 EL Weißweinessig  
4 EL Gemüsebrühe  
Salz  
Pfeffer (aus der Mühle)

**Anleitung:**

Die Bohnen waschen, putzen und in kochendem Salzwasser 6 bis 8 Minuten garen. Abgießen, kalt abschrecken, gut abtropfen lassen und zu 8 Bündeln zusammenfassen. Jedes Bündel fest mit 2 Scheiben Speck umwickeln.

Die Bohnenbündel in einer heißen Pfanne mit Öl rundherum goldbraun anbraten, herausnehmen und warm halten. Die Zwiebel abziehen, fein hacken und mit dem Bohnenkraut in dem Bratenfett anschwitzen und mit dem Essig und der Brühe ablöschen. Salzen, pfeffern und abschmecken.

Die Bohnenbündel auf Teller anrichten, mit der Speck-Vinaigrette beträufelt servieren.