Bohnenmus Compota de porotos

Herkunft: Mexiko

Kategorie: Hauptspeisen, Eintöpfe, Aufläufe

Vorbereitungszeit: 30 Minuten Zubereitungszeit: 90 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

2 EL Öl

2 Zwiebel(n)

125 g Speck

4 Zehen(n) Knoblauch

1 TL Kreuzkümmel

½ TL Cayennepfeffer

400 g Tomate(n)

400 g Bohnen weiß

100 ml Bier

400 g Kidneybohnen

1 Prise Salz

1 Prise Pfeffer

Zum Servieren

4 Weizenmehl-Tortillas

4 EL saure Sahne

10 Chilischote(n) grün

Vorbereitung

Die Zwiebeln schälen und hacken, den Knoblauch schälen und in einer Presse zerdrücken. Die Tomaten in kochendem Wasser erhitzen, enthäuten und würfeln. Den Speck in kleine Würfel schneiden. Die weißen Bohnen pürieren. Zum Servieren die Chilischoten in Ringe schneiden.

Zubereitung

Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel und Speck zugeben und etwa 5 Minuten in der Pfanne bräunen. Dann Knoblauch, Kreuzkümmel und Chilipulver einstreuen und eine weitere Minute braten. Schließlich die Tomaten zugeben und das Ganze bei mittlerer Hitze so lange kochen, bis alle Flüssigkeit verdampft ist. Das Bohnenmus zugeben und mit dem Pfanneninhalt mischen. Wenn die Masse zu zähflüssig wird, Bier zugießen. Die Hitze reduzieren und die Bohnen-Tomaten-Mischung so lange kochen, bis sie weich und cremig ist. Die Bohnen zugeben und gut unterrühren. Falls das Mus zu fest wird, etwas Wasser oder Hühnerbrühe zugießen. Das fertige Mus mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit den warmen Tortillas, der sauren Sahne und den eingelegten Chilis servieren.

Küchentipp für Tomaten

Der eilige Koch kann statt frischen Tomaten auch gehackte Tomaten aus der Dose verwenden. Statt pürierten Tomaten nehmen Sie fertig passierte Tomaten.

© 2024 coquina.de

