



Bohnensuppe

Kuru Çorbasi



1 Glas weisse Bohnen
½ Glas Gartenbohnen
2 mittel grosse Zwiebel
2 mittel grosse Karotten
1 mittel grosse Kartoffel
1 Lorbeerblatt
2 Knoblauchzehen
9 EL Öl
½ KL Pfeffer
½ KL geschrotete Chili
½ KL gemahlener Kümmel
2 KL Salz
1 Glas Joghurt
10 Gläser Wasser oder Fleischbrühe

Weisse Bohnen und Gartenbohnen am Vorabend säubern, waschen und zusammen in 5 Gläser Wasser einweichen lassen. Am nächsten Tag zusammen mit dem Einweichwasser in einem Topf weich kochen.

In einem Topf bei mittlerer Hitze Öl erhitzen klein geschnittene Zwiebel hinzugeben.

Wenn die Zwiebel glasig gedünstet sind, dann klein gehackte Knoblauch und gehobelte Karotten hinzugeben und weitere 5 Minuten dünsten.

Klein gewürfelte Kartoffel hinzugeben und mittel weich kochen.

Danach die gekochten weissen Bohnen und die Gartenbohnen in die Mischung hineinfügen.

In die Suppe Pfeffer, geschrotete Chili, gemahlener Kümmel, Salz und Lorbeerblätter hinzugeben und weitere 20 Minuten kochen.

Die Lorbeerblätter herausnehmen und mit einem Stabmixer zu Pürre verarbeiten. Anschliessend durch einen groben Sieb giessen um nicht zerkleinertes Gemüse aufzufangen.

Wieder in den Topf füllen und 5 Gläser Wasser hineinfüllen und bei mittlerer Hitze erhitzen und anschliessend Joghurt hinzufügen und unter Umrühren zum Kochen bringen.

Danach den Herd auf niedrige Stufe runterschalten und weitere 10 Minuten kochen und warm servieren.

Tipp: Das ist eine mexikanische Suppe bei deren Zubereitung anstelle der Gartenbohnen regionale schwarze Bohnen verwendet werden.