



ca. 750 g Buschbohnen klein  
2 Zwiebeln  
2 Knoblauchzehen  
6 EL Olivenöl  
3-4 Tomaten  
Pfeffer  
Kräutersalz  
1 EL frisches Basilikum



2-4 Eier (je nach Appetit)  
1 Zwiebel  
1 Zucchini  
20 g Butter  
1 EL Rapsöl  
150 g Joghurt  
1 TL Mehl  
150 ml Gemüsebrühe  
2-3 EL Senf (mittelscharf)  
1 EL Schnittlauch  
Kräutersalz, Pfeffer, Rohrohrzucker

## Rezept für KW 17-34

### Buschbohnen mit Tomaten

Die Buschbohnen waschen, putzen und halbieren (wenn sie sehr lang sind). Zwiebeln und Knoblauch schälen, sehr fein hacken und in 4 EL Olivenöl goldbraun anbraten, Bohnen dazu geben, kurz dünsten und dabei ständig rühren. Mit Wasser fast bedecken, salzen und ohne Deckel kochen, bis die Bohnen gar sind und das Wasser fast verdampft ist. Inzwischen Tomaten überbrühen, häuten und grob hacken, zu den Bohnen geben und mitdünsten, bis sie weich sind, dabei vorsichtig umrühren. Mit Pfeffer und Kräutersalz abschmecken, 2 EL Olivenöl über die Bohnen träufeln und mit gehacktem Basilikum servieren.

### Eier mit Zucchini-Senfauce

Eier anstechen und in kochendem Wasser 5-7 Min. wachweich kochen. Eier abschrecken und pellen. Inzwischen die Zwiebel fein würfeln. Zucchini putzen und in 1/2 cm große Würfel schneiden. Zwiebeln in Butter glasig dünsten. Zucchini zugeben und 2 Min. mitdünsten. Joghurt, Mehl und Gemüsebrühe verrühren. Mit den Zucchiniwürfeln mischen und bei milder Hitze 4-5 Min. kochen lassen. Senf unterrühren. Sauce mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken. Mit den Eiern und Schnittlauchröllchen anrichten. Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

Dazu: Pellkartoffeln