

Gemüse-Cassoulet

1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen	800 g Suppengrün
10 Thymianzweige	2 Dose weiße Riesenbohnen	5 EL Sonnenblumenöl
100 ml Weißwein	480 g geschälte Tomaten	Salz, Pfeffer
4 EL Paniermehl	4 EL zarte Haferflocken	

Zwiebel schälen und fein würfeln. Knoblauch schälen und eine Zehe fein würfeln, die zweite Zehe pressen. Suppengrün waschen, Petersilie trocken schütteln und die Blättchen hacken. Sellerie und Möhren schälen, vom Lauch Wurzeln und dunkles Grün entfernen. Zwiebel und Gemüse klein würfeln. Thymianblättchen von den Zweigen zupfen. Bohnen in einem Sieb abgießen und abtropfen lassen.

3 EL Öl in einem weiten, ofenfesten Topf erhitzen.

Zwiebel und Gemüse darin glasig dünsten. Mit Weißwein ablöschen. Bohnen, Tomaten und Thymian zugeben, aufkochen, salzen und pfeffern.

Backofen auf 200 °C Ober-/ Unterhitze (180 °C Umluft) vorheizen.

Das Cassoulet auf einem Rost im heißen Backofen 45 Minuten schmoren.

2 EL Öl, Paniermehl, Haferflocken, die gepresste Knoblauchzehe und gehackte Petersilie vermischen. Diese Mischung auf dem Cassoulet verteilen und weitere 10 Minuten goldgelb überbacken.

NN am 13. Februar 2025