

Rezept der Woche

Bohnen-Zucchini-Pfanne mit Bohnenkraut



2 Knoblauchzehen, fein gehackt etwas Olivenöl	in einer großen Pfanne kurz anschwitzen.
1 Schale grüne Bohnen, in mundgerechten Stücken	dazugeben und mit etwas Wasser 6–8 Minuten bissfest garen.
2 kleine Zucchini, in dünnen Scheiben	hinzufügen und weitere 5 Minuten braten, bis sie leicht goldbraun sind.
2–3 Zweige Bohnenkraut, Blätter abgezupft 1 Bund Petersilie, grob gehackt	unterheben und kurz mitziehen lassen. Mit
Zitronensaft, Salz und Pfeffer	abschmecken.

Dazu passen geröstetes Brot, Feta oder geröstete Sonnenblumenkerne. Guten Appetit!

KraftFeld Gartengemüse - Görbelheimer Mühle 1 - 61169 Friedberg

Tel. 0163 6374165 - hallo@kraftfeld-gartengemuese.de - www.kraftfeld-gartengemuese.de