



Purea di fave con legumi, cipolle e olive - Bohnenpüree mit Gemüse, Zwiebel und Oliven

In Apulien wird die "purea" gern zur Vorspeise serviert, zusammen mit saisonalem Gemüse, das mit Zwiebeln und Knoblauch nur leicht gedämpft und mit etwas mildem Essig und wenig Gewürz mariniert wird.

Die "purea" wird aus getrockneten Fave-Bohnen und Kartoffeln zubereitet und mit Olivenöl zu einem Brei gemixt. Die Fave-Bohnen müssen über Nacht eingeweicht und danach gut eine Stunde gekocht werden. Gegen Schluss der Kochzeit kommen die Kartoffeln hinzu. Am besten schmeckt die "purea" lauwarm.

Getrocknete Fave-Bohnen, zu deutsch Acker- oder Saubohnen, findet man in jedem guten Italienerladen.

Zutaten (ca. 6 Vorspeisen)

200g	getrocknete Fave-Bohnen
200g	Kartoffeln
4	Lorbeerblätter
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
1	Zucchetti
3	Rüebli
12	Oliven
1dl	Olivenöl
2El	weisser Balsamico
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

Fave-Bohnen über Nacht in reichlich kaltem Wasser einweichen. Abgiessen und mit Wasser abspülen und abtropfen lassen.

Nun lassen sich die Bohnen leicht aus der festen Haut pellen. Bohnen ca. 1 Stunde in ungesalzenem Wasser zusammen mit den Lorbeerblättern weichkochen. Die Bohnen sollten etwa 2cm von Wasser überdeckt sein. Die Kartoffeln schälen und würfeln und während den letzten 20 Minuten mitkochen. Gegen Schluss häufig rühren, damit das Mus nicht anklebt. Das Wasser sollte geradeso aufgesogen sein.

Die Lorbeerblätter herausfischen und das Mus in ein hohes Gefäss geben und mit dem Stabmixer pürieren. Dabei 3 Esslöffel Olivenöl zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Während die Bohnen kochen das Gemüse zubereiten:

Zwiebel und Knoblauch hacken und in Olivenöl andünsten ohne dass sie Farbe annehmen. Rüeblu zu ca. 5mm dicken Scheiben schneiden und mitdünsten. Zucchini längs halbieren oder vierteln (je nach Grösse) und in etwas grössere Stücke schneiden, zu den Rüeblu geben und etwa 5-10 Minuten mitdünsten. Das Gemüse sollte schön knackig bleiben. Mit Salz und Pfeffer würzen, in Scheiben geschnittene Oliven zugeben und mit dem Balsamico ablöschen und nochmals 2-3 Minuten leicht köcheln lassen.

Lauwarme "pure" auf einem Teller anrichten und das ebenfalls lauwarme Gemüse darübergeben.





Fave aussellen, ein bisschen Fleissarbeit...



