

Kürbis-Bohnen-Eintopf mit Grünkohl

Zutaten (für ca. 6 Personen)

2 EL	Olivenöl
2 Dosen	weiße Bohnen, abgetropft
1	große Zwiebel
1	mittelgroßer Hokkaido oder Butternut-Kürbis
2	Selleriestangen
3	Karotten
4	Knoblauchzehen
3	mittelgroße Kartoffeln
3 EL	Miso-Paste
1 EL	Italienische Kräuter
1	Lorbeerblatt
1 l	Gemüsebrühe oder Wasser
Handvoll	grünes Blattgemüse (z. B. Grün- oder Schwarzkohl)
	Salz & Pfeffer
	Geriebener Parmesan und Vollkornbrot zum Servieren

Zubereitung:

1. Gemüse zunächst fein hacken.
2. Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und Zwiebel, Knoblauch, Sellerie, Karotten und Kürbis mit etwas Salz weich anschwitzen.
3. Kräuter, Lorbeerblatt und die verrührte Miso-Paste einrühren.
4. Bohnen, Kartoffeln und Brühe zugeben, sodass alles bedeckt ist. Aufkochen und etwa 20 Minuten sanft köcheln lassen, bis Kartoffeln und Gemüse weich sind. Für eine sämige Konsistenz kann ein Teil des Gemüses mit einem Stampfer zerkleinert werden.
5. Schließlich das grüne Blattgemüse hinzugeben und solange köcheln lassen, bis es in sich zusammengefallen ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit geriebenem Parmesan und Vollkornbrot servieren.

Guten Appetit!