



## Winterspecial Low Carb: Bohnen-Wurst-Eintopf

mit Basilikum-Knoblauch-Öl und Mozzarella



30-40min



2 personen

Bei diesem Eintopf würden die Bohnen-Aficionados und Muskelhelden Bud Spencer und Terence Hill aber Augen machen! Der beliebte, aber doch etwas althergebrachte Bohneneintopf wird in unserer Küche nämlich mit köstlicher Schweinswurst und nussiger Pastinake aufgepeppt. Außerdem schwimmt auf der rauchigen Brühe ein aromatisches Basilikumöl zwischen schmelzenden Fleckchen Mozzarella. Nach so einem Mahl kann jeder Bäume versetzen!

## Wat je van ons krijgt

- 1 rode ui
- 1 teen knoflook
- 1 wortel
- 1 pastinaak
- 2 varkenssaucijzen
- 1 zakje geroookt paprikapoeder
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 1 blik tomatenblokjes
- 1 blik biologische boterbonen
- 15g verse kruidenmix:  
basilicum & tijm
- 1 bol mozzarella

## Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- 75ml olijfolie
- 2½ml azijn

## Kookgerei

- middelgrote kookpan
- maatbeker

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

## Kooktip

Übrigens Basilikum-Knoblauch-Öl innerhalb von 3 Tagen für ein Pizza- oder Nudelgericht verwenden.

## Allergenen

melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

## Voedingswaarde per portie

calorieën 1027kcal, vet 75.5g, koolhydraten 42.8g, eiwit 41.6g



1. Gemüse schneiden



2. Wurst braten



3. Gemüse mitbraten



4. Eintopf kochen



5. Basilikumöl zubereiten



6. Mozzarella zerteilen