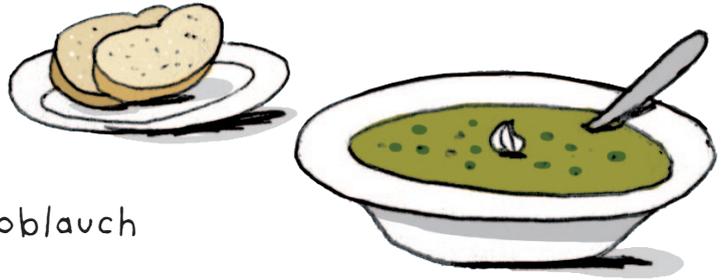


Ful Nabed – Ägyptische Bohnensuppe

Du brauchst:

- 4 gehackte Zwiebeln
- 2 Zehen gepressten Knoblauch
- 125 Milliliter Olivenöl
- 1 Esslöffel Kreuzkümmel
- 1 Teelöffel Paprikapulver
- 1/2 Esslöffel Cayennepfeffer
- 1 gewürfelte Möhre
- 4 gewürfelte Tomaten
- 500 Milliliter Gemüsebrühe
- 250 Gramm Fava – Bohnen
- 1 Bund gehackte Petersilie
- 3 Esslöffel Zitronensaft
- Pfeffer



Und so geht's:

Dünste die Zwiebeln und den Knoblauch in einem großen Topf an. Gib die Gewürze und die Möhren hinzu und warte bis die Möhren weich sind. Menge dann die Tomaten und die Gemüsebrühe unter und koche alles bei niedriger Hitze 15 Minuten. Schütte die Bohnen, den Zitronensaft und die Petersilie dazu und koche alles weitere fünf Minuten. Schmecke zum Schluss alles mit Pfeffer ab.

