

## Bohnen-Rezepte

Johanna Ruschke

### Eingelegte grüne Bohnen

Junge Stangenbohnen abfädeln, waschen, gut abtrocknen, schnippeln.

Auf die Bohnen Salz streuen (auf 5 kg Bohnen 200 g Salz) und mischen, so fest wie möglich in einen vorbereiteten Steintopf drücken. Die Bohnen mit einem Tuch bedecken, mit Brett und Stein beschweren und an einem kühlen Ort zugedeckt aufbewahren.

Dauer der Gärung 4-6 Wochen.

### Faßbohnen-Eintopf

750 g Schweinerücken in kleine Würfel schneiden

750 g Kartoffeln schälen, waschen, kleinschneiden

750 g Faßbohnen waschen, abtropfen lassen  
1 EL Schweineschmalz erhitzen, das Fleisch unter wenden schwach darin bräunen.

1 Zwiebel würfeln und kurz miterhitzen. Das Fleisch mit etwas Salz würzen, Kartoffeln und Bohnen zugeben. Etwa 750 ml Wasser aufgießen und den Eintopf gar schmoren lassen.

### Bohnen-Birnen-Topf

200 g Rauchfleisch oder Schinkenspeck

500 g grüne Bohnen

250 g Kartoffeln

250 g Kochbirnen

Salz, Zitronenschale,  $\frac{1}{2}$  -  $\frac{3}{4}$  l Brühe, Bohnenkraut

Den Boden einer feuerfesten Form mit dem in Streifen geschnittenen Rauchfleisch belegen. Bohnen, Kartoffeln und Birnen vorbereiten und abwechselnd mit Salz und geriebener Zitronenschale in die Form schichten. Die mit Bohnenkraut aufgekochte Brühe auffüllen und das Gericht, fest zugedeckt, auf kleiner Flamme gar werden lassen.

Johanna Ruschke  
Bautzener Straße 9  
02956 Rietschen

## Bohnenlied

Herbei, herbei zu meinem Lied  
und sammelt mit Gesang  
der Bohnen Vielfalt, wie man sieht,  
und lobt mit Überschwang!

So grüne und die gelben Bohnen,  
auch rot bis hin zu weiß,  
die Mühe wird sich wahrlich lohnen  
da schmackhaft und gesund für Kind und Greis!

Salat und Suppe oder zu der Fleischesspeise  
in vielen Ländern gern verzehrt,  
ist sie seit vielen Jahren schwerer Reise  
in unsre Küche eingekehrt!

Johanna Ruschke, Rietschen  
am "Tag der Kulturpflanze" in Görlitz

