



Cassoulet mit grober Bratwurst oder geräuchertem Tofu

Zutaten für 4 Portionen

- 200 g weiße Bohnen
- 2 Möhren (circa 250 g)
- ¼ Knollensellerie (circa 250 g)
- 1 kleine Stange Porree
- 1 Zwiebel
- 3 Tomaten
- 1 Zehe Knoblauch
- 3 Zweige Petersilie
- 1 EL Öl
- 1 EL Tomatenmark
- 1 TL Senfsaat
- 1 Blatt Lorbeer
- 100 ml Weißwein
- 500 g grobe Bratwurst (alternativ 340 g Räuchertofu)
- 1 EL Öl

Zubereitung

1. Bohnen über Nacht einweichen, abgießen und 1 Stunde in ausreichend Wasser kochen. Abtropfen lassen.
2. Gemüse putzen und würfeln, Knoblauch fein hacken, Petersilie waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden.
3. Öl in einem Topf erhitzen, Knoblauch, Möhren, Sellerie und Zwiebeln anbraten. Tomatenmark, Porree, Tomaten, Bohnen und Gewürze dazugeben und kurz anrösten.
4. Mit Weißwein und ca. 1 Liter Wasser ablöschen. Das Bohnengemüse circa 1 bis 1,5 Stunden kochen lassen.
5. In der Zwischenzeit die Bratwurst bzw. den Räuchertofu in heißem Öl anbraten. Die Wurst/Tofu 10 Minuten vor Ende der Kochzeit zu den Bohnen geben.
6. Alternativ kann man auch kurz vor Ende der Kochzeit den Topf in dem vorgeheizten Backofen geben und das Gemüse inklusive der Wurst/Tofu bei 230 Grad - 250 Grad 5 bis 10 Minuten überbacken. Achtung Topf und Griffe müssen dann feuerfest sein!
7. In tiefen Tellern anrichten und mit der Petersilie garnieren.