

Die Kochrezepte der Jazz Giganten, BeO Jazz Sendungen 2019
Rezept Sendung Radio BeO vom 7. Oktoberr 2019
Count Basie's Bohnen mit geräuchertem Truthahn



Zutaten: Für 4 Personen

- 3 Esslöffel Öl
- 1 Zwiebel grob gehackt.
- 1 lt. Hühnerbouillon
- 300g Limabohnen gewaschen
- $\frac{3}{4}$ kg geräucherten Truthahn in Stücke geschnitten. Als Ersatz können auch kurz angebratene Pouletschenkel genommen werden,
- $\frac{1}{4}$ Tl. Oregano
- Eine Prise Pfeffer und so viel Tabasco (Chili) Sauce wie sie ertragen können.
- Salz zum Abschmecken.

Zubereitung:

- In einer kleinen Bratpfanne die Zwiebel in 2 Esslöffeln des Öls, leicht brünieren. Öl abgiessen und Zwiebeln zur Seite stellen.
- In einem Dampfkochtopf das restliche Öl erhitzen. Die brünierten Zwiebeln, Limabohnen, den Truthahn und die Hühnerbouillon addieren.
- Oregano, Pfeffer und die Chili Sauce dazugeben.
- Verriegeln Sie den Deckel des Dampfkochtopfs.
- Den Dampfkochtopf bis Hochdruck erhitzen und 15 Minuten kochen, dann den Kocher von der Hitze nehmen und abkühlen lassen.
- Würzen Sie die Bohnen wenn notwendig mit Salz.

Servieren Sie sie die Bohnen zusammen mit Reis, geschnittenen und kurz gebratenen Tomaten sowie Erbsen.

Et voilà,

Bon Apétit!