Grüne Bohnen mit Limetten
Ejotes con limón

Ejotes con limón ist ein einfaches und leckeres Gericht aus grünen Bohnen (Ejotes) und Limetten. Es ist besonders in der mexikanischen Küche beliebt und wird oft als Beilage serviert. Die Zubereitung ist unkompliziert: Die grünen Bohnen werden gekocht und dann mit einer Mischung aus Limettensaft, Olivenöl, Knoblauch und Gewürzen wie Salz und Pfeffer vermischt.
Dieses Gericht ist nicht nur gesund, sondern auch sehr erfrischend und passt gut zu vielen Hauptgerichten. Manchmal wird es auch mit geriebenem Parmesan oder gerösteten Mandeln verfeinert.

Herkunft: Mexiko
Kategorie: Beilagen, Gemüsegerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 10 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

600 g Bohnen grün
1 Prise Salz
1 Bund Petersilie glatt
4 EL Butter
2 Limette(n)
1 Prise Pfeffer schwarz, frisch gemahlen
1 Prise Zucker
1 Limette(n) zum Garnieren

Vorbereitung

Die Limette in Scheiben schneiden, die Bohnen waschen und putzen. Reichlich Salzwasser aufkochen und die Bohnen darin in etwa 7 Minuten knackig garen.
Inzwischen Petersilie waschen, trockenschütteln und die Blättchen fein hacken.

Zubereitung

Die Butter in einem kleinen Topf bei schwacher Hitze schmelzen. Die Limetten auspressen und den Saft mit der Petersilie zur Butter geben. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.
Die Bohnen in einem Sieb abtropfen lassen und in einer Schüssel mit der Butter-Limetten-Sauce mischen. Nach Belieben mit Limettenscheiben garnieren und servieren.
Die Bohnen können als Zwischengang, aber auch zu Fisch, Fleisch oder Geflügel serviert werden.

© 2025 coquina.de