

# Tavce Gravce

Zutaten: für 4 Personen (4 Tonformen)

- 400 g Bohnen (weiß)
- 3 kleine Zwiebeln
- 2 Karotten
- 1 roter Paprika
- 3 TL [Gemüsebrühe](#)
- 1 TL Salz
- 1 TL Pfeffer
- 3 EL Minze (frisch, gehackt)
- 1 EL [Paprikapulver](#) (edelsüß)
- 1 ½ EL [Mehl](#)
- 2 Paprika (bunt)
- 6 Cherry Tomaten
- 3 Knoblauchzehen
- 4 l Wasser (kalt)
- Öl zum Braten

Zubereiten:

- Am Vorabend die **Bohnen** waschen, in einen Topf geben, gut mit Wasser bedecken (2 Liter) und über Nacht einweichen lassen.
- Am Tag der Zubereitung das Einweichwasser abschütten und durch 2 l frisches Wasser ersetzen.
- Die **Karotten**, eine **Zwiebel** und die **Knoblauchzehen** schälen und kleinschneiden. Die **Paprika** waschen, entkernen und vierteln.
- Das vorbereitete Gemüse zu den Bohnen geben.
- Das Ganze, ohne Salz, zum Kochen bringen und ca. 60 Min. garen. Wenn die Bohnen gar sind, die Paprikastücke entnehmen, auf einen Teller geben, das Fruchtfleisch mit einer Gabel von der Schale schaben und zurück zu den Bohnen geben.
- **Salz, Pfeffer, Gemüsebrühe** zu den Bohnen geben und noch ein paar Minuten leicht köcheln lassen.
- Die Tonformen in den kalten Ofen stellen und diesen auf 220°C (Umluft **200°C**) vorheizen.
- Die **2. Zwiebel** schälen, vier ca. 5 mm dicke Scheiben abschneiden und zur Seite legen.
- Danach die **3. Zwiebel** schälen und mit den Resten der 2. klein schneiden.
- Diese Zwiebelwürfel in einer kleinen Pfanne mit etwas **Öl** glasig dünsten. Mit dem **Mehl** stäuben. Das Paprikapulver ebenfalls unter- und glattrühren, es sollten keine Klümpchen entstehen.

- Dieses Gewürzgemisch zu den Bohnen geben und unterrühren.
- Minze dazufügen und das Gericht nochmal abschmecken. Die Portionsformen aus dem Ofen nehmen (vorsicht heiß) und mit den Bohnen befüllen.
- Auf jede Portion eine halbe **bunte Paprika** und eine **Zwiebelscheibe** legen, und als Abschluss noch drei halbierte **Cherry Tomaten** darauf verteilen.
- Wenn die Optik stimmt, die Formen für 20 Minuten in den heißen Ofen geben und überbacken. *Man kann das natürlich auch in einer einzigen großen Auflaufform in den Ofen stellen.*
- Wenn die Zeit verstrichen ist, Formen aus dem Ofen nehmen, etwas abkühlen lassen und servieren.

Dazu passend [Lepinja](#) (Balkan-Fladenbrot), alternativ Fladenbrot vom Türken.

Rezept von Vladimir Kacar

Veröffentlicht von Horst Hausleitner

[www.horsthausleitner.com/blog](http://www.horsthausleitner.com/blog)

11.02.2021