



## Apfel-Bohnen-Speck-Topf mit Brätbällchen

### Zutaten für 3 Portionen:

250 g Kartoffeln  
100 g durchwachsener Speck  
1 EL Speiseöl  
1 Zwiebel  
1 TL Tomatenmark  
Salz  
schwarzer Pfeffer  
Kümmel  
Zimt  
100 ml Apfelsaft  
700 ml Gemüsebrühe  
350 g Buschbohnen  
2 kleine süßsaure Äpfel (z. B. Elstar)  
200 g Bratwurst (fein, ungebrüht)  
250 g weiße Bohnen (a. d. Glas, z. B. Küstengold)  
1 Bund Bohnenkraut oder Thymian  
150 g Crème fraîche

### Zubereitung:

Kartoffeln schälen, in grobe Würfel schneiden. Speck fein würfeln, in einem Topf im erhitzten Öl auslassen. Zwiebel schälen, würfeln, mitandünsten, Kartoffeln zugeben, kurz mitanbraten. Tomatenmark unterrühren. Mit Salz, Pfeffer, Kümmel und Zimt würzen. Mit Saft und Brühe ablöschen, aufkochen, ca. 10 Min. köcheln lassen. Buschbohnen putzen, waschen, halbieren, Äpfel schälen, Kerngehäuse entfernen, Fruchtfleisch in Spalten schneiden. Beides mit Bohnenkraut in den Topf geben, ca. 8 Min. weiterkochen. Weiße Bohnen abspülen, abtropfen lassen, zugeben. Bratwurstbrät in kleinen Bällchen aus der Pelle drücken, im Topf ca. 5 Min. gar ziehen lassen. Crème fraîche mit Pfeffer verrühren, zum Eintopf reichen.

**Zubereitungszeit: 55 Min.**

**Schwierigkeitsgrad: leicht**

**Pro Portion: 745 kcal/3120 kJ**

**27 g E/51 g KH/46 g F**