

## **Bohnensterz**

### **Zutaten:**

*½ kg Bohnen*

*1 kg Mehl*

*Etwas Salz*

*Schmalz*

**Zubereitung:** *Die Bohnen werden am besten in der Nacht in Wasser eingeweicht, damit sie weich werden. Am nächsten Tag werden die Bohnen in einem Topf mit frischem Wasser gegeben und 1½ Stunden auf leichter Flamme geköchelt, damit sie gut durch sind. Folglich nimmt man sie aus dem Bohnenwasser. In der Zwischenzeit gibt man Mehl in einem großen Topf und erhitzt es unter ständigen rühren, bis heiße Luft austritt, und das Mehl leicht braun ist. Das Bohnenwasser wird VORSICHTIG mit einem Schöpfer im heißen Mehl gegeben und solange eingerührt bis das Mehl das Bohnenwasser aufnimmt. Danach werden die Bohnen und Salz hinzugefügt und langsam eingerührt. Nun erhitzt man Schmalz und vermengt vorsichtig mit dem Bohnensterz. Nun ist der Bohnensterz fertig und zum Verzehr bereit.*

**Unser Radijo-Erba Tipp:** *Rahmsuppe, Kraut-Bohnen, Milch, oder schwarzer Kaffee*