

STOOFSCHOTEL MET WITTE BONEN



Vorbereiding : 10 min - **Rusttijd :** 24 uur - **Koken :** 55 min - **Materiaal :** -

Ingrediënten : 6 PERSONEN

- 300 gram gedroogde witte bonen - 1 ui - 3 teentjes knoflook - 3 rijpe tomaten (300 gram) - 1 groene paprika (150 gram) - 3 eetlepels olijfolie - 1 laurierblaadje - ½ theelepel cayennepeper - 450 ml water - ½ kippenbouillontablet - peterselie - verse tijm - zout en versgemalen peper

1. Was de bonen en laat ze in ruim koud water 24 uur weken. Laat ze daarna uitlekken. De bonen moeten twee maal zo groot geworden zijn.

2. Pel de ui en de knoflook, snijd ze doormidden en doe ze in de rvs-kom. Stel het EXPERT-programma in op 20 seconden/snelheid 13 (zonder verwarmen). Spatel het mengsel zo nodig van de wand van de kom. Doe 2 eetlepels olijfolie en de uien in de kom en stel het EXPERT-programma in op 3 minuten/snelheid 2A/120 °C.

3. Was de tomaten en snijd ze in vieren. Was de paprika, verwijder zaad en zaadlijsten en snijd in blokjes.

4. Voeg de bonen, tomaten, paprika, laurierblaadje, 1 eetlepel olijfolie, de cayennepeper, 450 ml water, ½ verkruimelde bouillontablet, en zout en peper naar smaak toe. Stel het EXPERT-programma in op 90 minuten/snelheid 1A/100 °C. Verwijder de dop en laat de ingrediënten zo nodig langer koken (de kooktijd hangt af van de soort bonen en de leeftijd ervan). De bonen moeten na het koken zacht zijn, maar niet té zacht.

5. Was de peterselie en de tijm. Bestrooi de bonen als ze gaar zijn met fijngesneden peterselie en tijm.

Cook Expert ■

© foto's Sandra Mahut
© Hachette Livre (Marabout) 2016