

## Fave-Bohnen-Crostini



Vor- und zubereiten: ca. 25 Min.  
Backen: ca. 4 Min.  
Ergibt ca. 12 Stück  
Vorspeise für 4 Personen

---

**800 g Fave-Bohnen,**  
ausgelöst  
(ergibt ca. 350g)  
**Salzwasser,** siedend

---

**1 Bund Pfefferminze,**  
fein geschnitten  
**1 Knoblauchzehe,**  
gepresst  
**20 g Parmesan,**  
fein gerieben  
**2 EL Pinienkerne,** geröstet,  
grob gehackt  
**3 EL Olivenöl**  
**¼ TL Salz**  
**wenig Pfeffer**

---

**150 g Baguette,**  
in ca. 12 Scheiben  
**2 EL Olivenöl**

---

- 1.** Bohnen im Salzwasser ca. 3 Min. knapp weich kochen, abgiessen, kalt abspülen, abtropfen, Häutchen entfernen.
- 2.** Die Hälfte der Bohnen mit einer Gabel zerdrücken, die restlichen Bohnen beigegeben. Pfefferminze und alle Zutaten bis und mit Pfeffer daruntermischen.
- 3.** Baguettescheiben auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit Öl beträufeln.
- 4. Backen:** ca. 4 Min. in der oberen Hälfte des auf 240 Grad vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, Bohnenmasse auf die Brotscheiben verteilen.

**Portion:** 362 kcal, F 19g, Kh 32g, E 13g

