

# Schnippelbohnen Salz-Schneidebohnen

## Schnippelbohnen (Salz-Schneidebohnen): Tradition, Zubereitung und Köstliche Rezepte

### Einleitung:

Schnippelbohnen, auch als Salz-Schneidebohnen bekannt, sind eine beliebte Delikatesse in vielen Regionen der Welt. Diese traditionelle Zubereitungsart von grünen Bohnen bietet nicht nur einen einzigartigen Geschmack, sondern auch eine faszinierende kulinarische Tradition. In diesem Artikel tauchen wir ein in die Geschichte, die traditionelle Zubereitung und einige köstliche Rezepte rund um diese herzhaften Schnittbohnen.

### Die Tradition von Schnippelbohnen:

Die Tradition des Schnippelns von Bohnen hat eine lange Geschichte, die oft mit dem Wunsch verbunden ist, die Haltbarkeit von frischen Lebensmitteln zu verlängern. Durch das Schneiden und Salzen werden die Bohnen konserviert und können über längere Zeiträume genossen werden. Diese Methode wurde über Generationen weitergegeben und ist in vielen Familien ein wichtiger Bestandteil kulinarischer Traditionen.

### Die Zubereitung von Schnippelbohnen:

Schnippelbohnen werden durch das Schneiden der grünen Bohnen in kleine Stücke vorbereitet. Dann werden sie großzügig mit Salz bestreut, um ihnen Geschmack zu verleihen und gleichzeitig ihre Haltbarkeit zu erhöhen. Die Bohnen werden dann fermentiert oder an der Luft getrocknet, je nach regionalen Vorlieben und Familientraditionen.

### Köstliche Rezepte mit Schnippelbohnen:

1. **Schnippelbohnen-Eintopf:** Bereiten Sie einen herzhaften Eintopf mit Schnippelbohnen, Kartoffeln, Karotten und Gewürzen zu. Dieser Eintopf ist wärmend, nahrhaft und perfekt für kalte Tage.
2. **Schnippelbohnen-Salat:** Mischen Sie die gesalzenen Schnippelbohnen mit frischen Tomaten, Zwiebeln, Kräutern und einem Spritzer Zitronensaft für einen erfrischenden Salat.
3. **Schnippelbohnen-Pfanne:** Braten Sie die Schnippelbohnen mit Knoblauch, Zwiebeln und Paprika in einer Pfanne an. Servieren Sie sie als Beilage zu gegrilltem Fleisch oder Fisch.
4. **Schnippelbohnen-Suppe:** Bereiten Sie eine herzhafte Suppe vor, indem Sie Schnippelbohnen mit Gemüsebrühe, Kartoffeln und Gewürzen köcheln lassen. Pürieren Sie die Suppe für eine cremige Konsistenz.
5. **Schnippelbohnen-Curry:** Kochen Sie Schnippelbohnen mit einer würzigen Currysoße aus Tomaten, Kokosmilch und aromatischen Gewürzen. Servieren Sie das Curry mit Reis für ein köstliches Hauptgericht.

### Fazit:

Schnippelbohnen, mit ihrer reichen Tradition und ihrer vielseitigen Verwendung in der Küche, sind eine wahre Bereicherung für den Speiseplan. Von Eintöpfen bis hin zu Salaten und exotischen Currys bieten Schnippelbohnen eine Fülle von kulinarischen Möglichkeiten. Entdecken Sie diese traditionelle Zubereitungsart und lassen Sie sich von der Herzhaftigkeit und dem einzigartigen Geschmack der Schnippelbohnen verführen. Erleben Sie die Verbindung von Tradition und Geschmack in jedem Bissen dieses köstlichen Gerichts.

*TIPP: Den strengen Geschmack der Bohnen mildern, indem etwas Milch oder Sahne in das fertige Gericht gerührt wird. Schnippelbohnen können auch getrennt gekocht und zu Kartoffeln und Fleisch gereicht werden.*

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

### Fisch-Feinkost Klaassen

IdNr.: 58/122702059

USt-IdNr.: DE117201530

Finanzamt: Emden

**Unzubereitet pro 100 g**

Brennwert kj	90 kj
Brennwert kcal	20 kcal
Fett	0,08 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,09 g
Kohlenhydrate	3,40 g
davon Zucker	0,07 g
Ballaststoffe	0 g
Eiweiß	1,60 g
Salz	3,30 g
Natrium	0 g

**Zusätzliche Informationen****Zutaten**

grüne Bohnen, Salz

Inverkehrbringer

Fisch Klaassen // Hergestellt von Fleischer-Einkauf Oldenburg

**Fisch-Feinkost Klaassen**

IdNr.: 58/122702059

USt-IdNr.: DE117201530

Finanzamt: Emden