

Bean Recipe from Costa Rica

Ingredients:

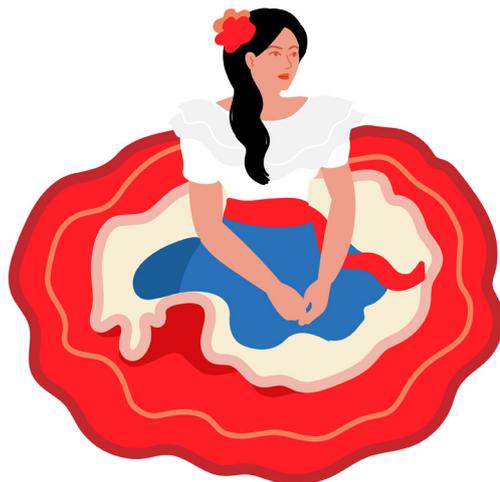
1 lb (500 g) dry beans
4 to 6 cups of water
2 cloves of garlic
1-2 onions (in small pieces)
1 teaspoon oregano
1 teaspoon parsley
1 teaspoon thyme
1 long piece of celery
1 tablespoon olive oil
1 handful of coriander (in small pieces)
coarse sea salt
pepper



Preparation:

1. First clean the beans to remove small stones or impurities and wash them in a colander with water.
2. Soak the beans in a pot of water the night before cooking. This will shorten the cooking time. Change the water before proceeding to the next step.
3. Add the remaining ingredients (minus the salt) and cover the pot and cook on low for two hours or until the beans are tender. A pressure cooker can be used.
4. Add salt and turn off the heat.

Serve the beans with rice,
tomato and avocado slices.



Ana Briceño is an illustrator and graphic designer. She was born in Costa Rica and lives in Berlin, Germany.

WEB anabriceno.com

SHOP shop.anabriceno.com

 [@ana_briceno_illustration](https://www.instagram.com/ana_briceno_illustration)

Rezept für Bohnen aus Costa Rica

Zutaten:

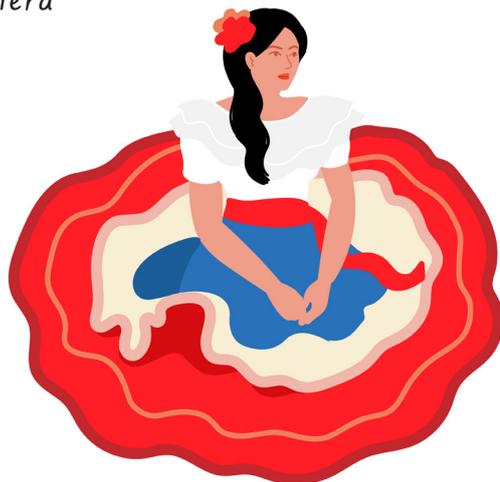
500 g Bohnen (trocken)
4 bis 6 Tassen Wasser
2 Knoblauchzehen
1-2 Zwiebeln (in kleinen Stücken)
1 Teelöffel Oregano
1 Teelöffel Petersilie
1 Teelöffel Thymian
1 langes Stück Staudensellerie
1 Esslöffel Olivenöl
1 Handvoll Koriander (in kleinen Stücken)
Grobes Meersalz
Pfeffer



Zubereitung:

1. Zunächst die Bohnen putzen, um kleine Steine oder Verunreinigungen zu entfernen, und in einem Sieb mit Wasser waschen.
2. Weichen Sie die Bohnen am Abend vor dem Kochen in einem Topf mit Wasser ein. Dadurch wird die Kochzeit verkürzt. Wechseln Sie das Wasser, bevor Sie mit dem nächsten Schritt fortfahren.
3. Die restlichen Zutaten (abzüglich des Salzes) hinzufügen und den Topf zugedeckt zwei Stunden lang auf kleiner Flamme kochen oder bis die Bohnen weich sind. Es kann ein Schnellkochtopf verwendet werden.
4. Salz hinzufügen und den Herd ausschalten.

Die Bohnen werden mit Reis serviert. Dazu Tomaten- und Avocadospalten.



Ana Briceño

ist eine Illustratorin und Grafik Designerin. Sie wurde in Costa Rica geboren und lebt in Berlin.

WEB anabriceno.com

SHOP shop.anabriceno.com

 [@ana_briceno_illustration](https://www.instagram.com/ana_briceno_illustration)