



Λαδερά φασόλια χάντρες με λαχανικά

Μερίδες: 4 **Χρόνος προετοιμασίας:** 10 λεπτά **Χρόνος μαγειρέματος:** 45-50 λεπτά
Χρόνος αναμονής: 5 λεπτά

Φυλάσσουμε τα φασόλια χάντρες στο ψυγείο για 2-3 μέρες.

Υλικά:

500 γρ. φασόλια χάντρες, φρέσκα ή κατεψυγμένα
1 μεγάλο κρεμμύδι, ψιλοκομμένο
2 σκελίδες σκόρδο, κομμένες σε λεπτές φέτες
1 κ.σ. τοματοπελτέ
1 μεσαίο κολοκύθι, κομμένο σε μεσαία κομμάτια
1 μεγάλη μελιτζάνα φλάσκα, κομμένη σε μεσαία κομμάτια
1 μεσαία πατάτα, κομμένη σε μεσαία κομμάτια
[2 κ.σ. υγρό ζυμό λαχανικών MAGGI](#)
4 ώριμες ντομάτες, τριμμένες (400-500 γρ. περίπου)
300 ml νερό
½ ματσάκι μαϊντανό, ψιλοκομμένο
αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι
ελaiόλαδο

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

- 1) Ξεκινάμε με τα φασόλια χάντρες. Βάζουμε τα φασόλια σε μεγάλη κατσαρόλα τα καλύπτουμε με νερό και τα αφήνουμε να βράσουν για 15-20 λεπτά.
- 2) Σε μια μεγάλη κατσαρόλα ρίχνουμε 4 κ.σ. ελαιόλαδο και μόλις κάψει βάζουμε το κρεμμύδι και σοτάrouμε για 5 λεπτά. Προσθέτουμε το σκόρδο και τον τοματοπελτέ και σοτάrouμε για 1-2 λεπτά.
- 3) Ρίχνουμε την μελιτζάνα, το κολοκύθι, την πατατα και σοτάrouμε για 6-8 λεπτά.



- 4) Προσθέτουμε στην κατσαρόλα τα φασόλια. τις τριμμένες ντομάτες, το νερό και τον [υγρό ζωμό λαχανικών MAGGI](#), αλατοπιπερώνουμε χαμηλώνουμε τη φωτιά και αφήνουμε να σιγοβράσει για 45-50 λεπτά με μισόκλειστο καπάκι.
- 5) Αποσύρουμε από τη φωτιά προσθέτουμε τον μαιντανό, 3 κ.σ. ελαιόλαδο ανακατεύουμε και αφήνουμε το φαγητό να σταθεί για 5 λεπτά.