

Chili con Tofu von Kilian Schlunegger

Mengen für 25 Personen

Tofu in einer Schüssel mit der Hand gut „zerkrümeln“. Knoblauchpulver, Salz und Chilipulver hinzugeben und gut vermengen.

Zwiebel, Knoblauch und Chili fein hacken, Paprika würfeln.

Öl in eine heiße Pfanne geben und Zwiebel, Paprika und Chili ca. 5 Min. anbraten.

Tofu hinzufügen und weitere 5 Min. bei mittlerer bis hoher Hitze gut anbraten. Ab und zu umrühren.

Die Zutaten für die Sauce in einen Topf geben und kurz aufkochen. Alle Zutaten aus der Pfanne hinzufügen und 20 Minuten bei mittlerer Hitze und geschlossenem Deckel köcheln lassen.

Mais und Kidneybohnen hinzufügen und weitere 5 Minuten köcheln lassen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und Tortilla Chips oder frischem Brot, Limettenspalten Koriander servieren.

Quelle: <https://www.eat-this.org/chili-con-tofu/>

Tags: Vegetarisch, günstig, Für Zeltlager, Laktosefrei, Vegan, Einfach

Gewürze: Pfeffer, Salz

2.812 kg Tofu	
10 Stück Knoblauchzehen	
375 g Zwiebel	
62.5 g Chilischoten	2.5 stk. Schoten
500 g Paprika	
50 g Salz	
1.88 dl Olivenöl	
1.56 kg Mais	
1.56 kg rote Bohnen	Kidneybohnen
1.88 kg geschälte Tomaten	für Sauce
1.88 Liter Bouillon (flüssig)	für Sauce
188 g Tomatenpuree	für Sauce
75 g Kümmel	(Kreuzkümmel) für Sauce
6.25 cl Ahornsirup	(oder Agavendicksaft) für Sauce
313 g Limetten	2.5 Stk (für 10 Pers)
75 g Koriander	

Das Chili lässt sich sehr gut aufheben