

Chili sin carne von roma_zubenko@hotmail.com

Mengen für 10 Personen

Die Zwiebel und den Knoblauch fein hacken. Das Öl erhitzen und die Zwiebel und den Knoblauch bei schwacher Hitze anbraten.

Lauch, Peperoni und Karotten hacken und zu den Zwiebeln geben.

Die gehackten Tomaten, das Tomatenpüree, den Mais, die roten und weißen Bohnen hinzufügen, umrühren und bei Bedarf Wasser hinzufügen.

Mit Salz und Pfeffer, Cayennepfeffer, Chilipulver und Tabasco abschmecken.

Tags: Einfach, Vegetarisch, enthält Pilze, Für Zeltlager

Gewürze: Pfeffer, Salz, Chillipulver, Cayenne Pfeffer

2.0 cl Öl	in Pfanne erhitzen
3.0 Stück Zwiebeln	
3.0 Stück Knoblauchzehen	schneiden, beifügen und auf kleiner Stufe dünsten
400 g Lauch	klein schneiden
1.0 Stück Pepperoni	klein schneiden
2.0 Stück Rüebli	klein schneiden Soald die Zwiebeln glasig sind alles beigeben
1.0 kg gehackte Tomaten	
50 g Tomatenpuree	
100 g Mais	
375 g rote Bohnen	
375 g weisse Bohnen	zugeben, mischen, bei zuwenig Flüssigkeit Wasser mit Bouillon hinzugeben
1.0 cl Tabasco	Beigeben, Schärfe selbst bestimmen