

Chili sin carne (Vegi) von Wiff

Mengen für 7 Personen

Tags: enthält Pilze, Für Zeltlager, Vegetarisch, Einfach

Gewürze: Cayenne Pfeffer, Chillipulver

1.4 cl Öl	in Pfanne erhitzen
2.1 Stück Zwiebeln	
2.1 Stück Knoblauchzehen	schneiden, beifügen und auf kleiner Stufe dünsten
280 g Lauch	klein schneiden
0.7 Stück Pepperoni	klein schneiden
1.4 Stück Rüebli	klein schneiden Soald die Zwiebeln glasig sind alles begeben
700 g gehackte Tomaten	
35 g Tomatenpuree	
70 g Mais	
263 g rote Bohnen	
263 g weisse Bohnen	zugeben, mischen, bei zuwenig Flüssigkeit Wasser mit Bouillon hinzugeben
5.6 g Salz	
7.0 ml Tabasco	Begeben, Schärfe selbst bestimmen
5.6 g Pfeffer	mit "viel" Chilipulver, Salz und Cayennepfeffer würzen. auf kleiner Stufe zugedeckt schmoren wenn nötig Wasser hinzugeben Kochzeit 15 bis 20 Minuten