

Chili sin Carne

Zutaten für 8 Portionen:

250 g rote Linsen
1 Dose Kidneybohnen
1 Dose Mais
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
2 mittelgroße Kartoffeln
ca. 1 Glas passierte Tomaten
500 ml Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer
Paprikapulver, Currypulver, Chilipulver
Etwas Butter zum Anschwitzen
Evtl. etwas Petersilie zum Garnieren

So geht´s:

Zwiebel und Knoblauch klein schneiden und in einem großen Topf in etwas Butter anschwitzen. Die Kartoffeln schälen, in kleine Würfel schneiden und dazu geben. Die roten Linsen kurz abbrausen und ebenfalls in den Topf geben. Mit der Gemüsebrühe ablöschen und 20 – 25 Minuten köcheln lassen bis die Kartoffeln und die Linsen durch sind. Kidneybohnen und Mais abtropfen lassen, unterrühren und gut heiß werden lassen. Dann nach Belieben passierte Tomaten hinzugeben (je nachdem wie dick man das Chili mag). Mit Salz, Pfeffer, Paprika-, Curry- und Chilipulver abschmecken. Mit kleingehackter Petersilie garnieren.