

Chili sin carne von Sofie Keller

Mengen für 8 Personen

Tags: Laktosefrei, Vegetarisch, Glutenfrei

Gewürze: Cayenne Pfeffer, Salz, Pfeffer, Chillipulver

1.6 cl Öl	in Pfanne erhitzen
640 g Quorn	Quorn Gehacktes
	auf grosser Stufe anbraten
12 g Zwiebeln	2.5 Stück keine Erfahrungswerte
2.0 Stück Knoblauchzehen	schneiden, beifügen und auf kleiner Stufe dünsten
800 g gehackte Tomaten	
40 g Tomatenpuree	
300 g rote Bohnen	
300 g weisse Bohnen	zugeben, mischen, bei zuwenig Flüssigkeit Wasser mit Bouillon hinzugeben
228 g Mais	