

Chili sin carne mit Brot (Vegan) by Tilli von Ramon Steinmann

Mengen für 10 Personen

Quelle: TipTopf s.137

| | |
|--------------------------------|---|
| 2.0 cl Öl | in Pfanne erhitzen |
| 400 g Soja Granulat (wie Hack) | auf grosser Stufe anbraten |
| 200 g Zwiebeln | In Würfel schneiden, zusammen mit dem Knoblauch zugeben, sofort auf kleine Stufe zurückschalten, Goldbraun braten. |
| 3.0 Stück Knoblauchzehen | |
| 15 g Mehl | darüberstäuben, mischen |
| 1.0 kg gehackte Tomaten | mitdünsten. |
| 50 g Tomatenpuree | dazugeben |
| 3.0 dl Wasser | ablöschen, aufkochen |
| 400 g rote Bohnen | dazugeben, mischen |
| 200 g Mais | abtropfen, dazugeben |
| 15 g Chilischoten | in 2. Pfanne anschwärzen, zerhacken und dazugeben. |
| 15 g Cayennepfeffer | würzen |
| 8.0 g Salz | |
| 8.0 g Pfeffer | mit "viel" Chilipulver, Salz und Cayennepfeffer würzen. auf kleiner Stufe zugedeckt schmoren wenn nötig Wasser hinzugeben |
| 800 g Brot | Dazustellen |