

Chili Con Carne (Vegetarisch)

Zutaten für: 1 Rezept

1		Zwiebel
2	Essl.	Olivenöl
3		Knoblauchzehen
2		Paprikaschoten, rote
6		Tomaten
		Salz
		Pfeffer
400	Gramm	Kidneybohnen
1	Flasche	Mineralwasser (0,7 l)
1	Essl.	Paprika edelsüß
		Chilipulver nach Geschmack
60	Gramm	Vegetar. Hackfleisch, evtl. mehr (Sojaprodukt-)
1	Bund	Petersilie

Anleitung:

Knoblauchzehen schälen, mit Salz zu einer Paste zerreiben, die Zwiebel schälen und feinhacken. Die Paprikaschote putzen, halbieren, entfernen, waschen und in Würfel schneiden. Die Tomaten enthäuten, entkernen und ebenfalls würfeln. Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Knoblauchpaste sowie die Zwiebelwürfel darin glasig schwitzen. Paprikaschote zugeben und mitschwitzen. Zum Schluß Tomatenwürfel hineingeben, ebenfalls mitschwitzen. Kidneybohnen einrühren, Mineralwasser angießen, alles aufkochen lassen, mit Salz, Pfeffer, Paprika- und Chilipulver abschmecken. Vegetarisches Hack einstreuen und das Chili 10-15 Min. köcheln lassen. Danach nochmals abschmecken, Chili con carne dekorativ anrichten, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Tip: Dazu passen Bandnudeln, Reis, Salzkartoffeln.