Hauptgericht - vegetarisch

CHILI SIN CARNE

ZUTATEN FÜR CIRCA 4 PORTIONEN

- 800 Gramm gemischtes Gemüse (zum Beispiel Kartoffeln, Karotten, Zucchini, Paprika, Mais, und so weiter)
- ½ Gemüsezwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 150 Milliliter passierte Tomaten
- 220 Gramm gewürfelte Tomaten (aus der Dose)
- 1 Teelöffel Paprikapulver
- 1 Teelöffel Tomatenmark
- ½ Teelöffel Zucker
- 1 Teelöffel Rapsöl
- Thymian, Salz und Pfeffer, Gemüsebrühe

Hauptgericht - vegetarisch

ZUBEREITUNG

Das Gemüse, die Gemüsezwiebeln und den Knoblauch würfeln. Rapsöl erhitzen und das Gemüse darin anbraten, bis es eine leichte Bräunung hat. Zwiebelwürfel dazugeben und kurz mitbraten. Nun passierte und gewürfelte Tomaten dazugeben und leicht köcheln lassen. Paprikapulver und das Tomatenmark in das Chili geben und circa 30 Minuten weiterköcheln lassen. Jetzt mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und nochmals circa eine halbe Stunde ziehen lassen. Eventuell, je nach Konsistenz, mit Gemüsebrühe strecken. Zum Schluss Thymian und Knoblauch in das Chili geben und abschmecken.

Dazu kann Baguette gereicht werden.

Je nach Verwendung der Zutaten kann folgendes Allergen enthalten sein: Sellerie

Rezept: Kulturküche Augsburg GmbH
Bild: KErn/Dr. Christiane Brunner