



Vegetarisches Chili Sin Carne

Chili con Mushroom - Sweet Pepper

Zutaten für 3 Personen im FT4,5 (4 Liter Dutch Oven):

300 g Champignons
500 g Paprika
1 Dose Tomaten in Stücke
200 g Tomatenmark
1 Dose Kidney Bohnen (ca. 250g Abtropfgewicht)
1 kleine Dose Mais (ca. 150g Abtropfgewicht)
2 Knoblauchzehen
2 rote Zwiebeln
1 Zwiebel
200 ml Gemüsebrühe
5 TL Mexikanische Gewürzmischung wie ein Chili con Carne Gewürz oder anderes
(eine zum selber mischen findet ihr am Ende des Rezeptes)
etwas Öl
Schmand

Zubereitung:

Die Champignons putzen und vierteln, die Paprika waschen, das Kerngehäuse entfernen und in ca. 1x1cm große Würfel schneiden. Die Zwiebeln schälen und würfeln. Den Knoblauch schälen und fein hacken.

Die Kidney Bohnen durch ein Sieb abkippen und mit Wasser abspülen.

Den Dutch Oven mit etwas Öl vorheizen, die Champignons darin anbraten, die Zwiebeln zugeben und glasig Braten, den Knoblauch und die Paprika geben und kurz mit anbraten, das Tomatenmark zugeben und ebenfalls kurz anrösten, dann folgen die Tomaten in Stücke und das ganze wird mit der Gemüsebrühe abgelöscht. Mit der Mexikanischen Gewürzmischung würzen, die Kidneybohnen, den Mais zugeben und das ganze bei 200°C mit geschlossenem Deckel für 30 Minuten garen.

In Briketts bedeutet dies:

FT4,5 (4 Liter Dutch Oven) 19 Briketts - 13 oben / 6 unten

FT6 (6 Liter Dutch Oven) 28 Briketts - 19 Oben / 9 unten

Nach den 30 Minuten das Chili nochmal abschmecken ggf. nach würzen.
Mit dem Schmand und Baguette, anderen Backwaren oder Reis servieren.



EXTRA:

Mexikanische Würzmischung:

- 4 EL Chilipulver
- 1 EL Salz
- 1 TL Knoblauch granuliert
- 1 TL Zwiebel granuliert
- 1 TL Paprika Pulver
- 1 TL getrockneter Oregano
- 1 TL gem. Kreuzkümmel
- 1 TL Pfeffer bunt
- 1 TL Koriander gemahlen oder geschrotet

miteinander vermischen.