

Chili sin carne

Dieses feurige Chili sin carne weckt deine Lebensgeister! Mit der richtige Schärfe, feiner Würze und seiner sämigen Konsistenz, lässt diese vegane Chili Variante nichts vermissen. Ganz im Gegenteil: Danach wirst du diese Soulfood jedem Chili con carne vorziehen. Warum? Dieses Chili besitzt Tiefe und sorgt für eine wahre Geschmacksexplosion.



Chili sin carne | Foto: Linda Katharina Klein

Zutaten (6 Portionen): 600 gelbe Paprika | 600 Gramm rote Paprika | 1 Kilogramm Kidneybohnen | 1.600 Gramm gehackte oder

passierte Tomaten | 550 Gramm Mais (ca. ein Glas) | 4 rote
Zwiebeln | 50 Gramm Tomatenmark | 1 Esslöffel Sonnenblumenöl |
2 Zimtstangen | 40 Gramm schwach entöltes Kakaopulver | 40
Gramm Paprikapulver edelsüß | 40 Gramm Paprikapulver
rosenscharf | 35 Gramm Salz | 35 Gramm Zucker | 24 Gramm
weißer Pfeffer | 2-3 frische Chilischoten



Chili sin carne | Foto: Linda Katharina Klein

Zubereitung (150 Minuten): 1. Zwiebeln schälen und schneiden. 2. Kidneybohnen und Mais abschütten und zur Seite stellen. 3.

Paprika waschen, entkernen und in Würfel schneiden. 2. Öl erhitzen, Zwiebeln glasig braten, dann das Tomatenmark dazugeben. 3. Mit gehackten Tomaten ablöschen. 4. Paprika, Bohnen, Mais und gehackte Chilis dazugeben. 5. Gewürze hinzugeben und mindestens zwei Stunden bei geringer Hitze köcheln lassen. 6. Zimtstangen herausnehmen und bei Bedarf nochmals abschmecken. 8. Servieren oder bei 100° Grad 120 Minuten einkochen (bitte beachte dazu auch meine [Einkoch-Hinweise](#)).

Jetzt noch mehr [Suppen & Eintopf Rezepte](#) oder weitere [vegane Rezepte](#) entdecken!

Nährwerte/Portion: 536 Kalorien | 10,2 Gramm Fett | 77,1 Gramm Kohlenhydrate | 23,7 Gramm Eiweiß