

Linsen-Chili sin carne (ohne Fleisch)



Vegetarisch ohne Fleisch und doch würzig lecker.

Zutaten:	Zubereitung:
1 große Zwiebel	fein hacken und in
Öl	glasig schwitzen
200 g getrocknete rote Linsen	zugeben und kurz mit anschwitzen, mit
1 Liter Gemüsebrühe	aufgießen, die Linsen 12-15 Minuten weich kochen
1 Glas (800 ml) Tomatensugo (Rezept siehe Einkochen) oder 1 Dose geschälte Tomaten	zugeben
2 Dosen rote Kidneybohnen 1 Dose Maiskörner	in ein Sieb schütten, kurz mit kaltem Wasser überbrausen, abtropfen lassen und zum Eintopf geben. Mit
Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Chilipulver	würzen.

Nach Belieben wer es scharf mag, mit eingelegten Jalapeno-Ringen	jede Portion garnieren.
--	-------------------------

Dazu schmeckt Baguette

Tipp: Wer mag, kann auch kurz vor dem Servieren frische Paprikaschote, als Frische-Kick, klein gewürfelt in das Chili geben.