



Für alle, die es scharf mögen

# Chili sin Carne

## Zutaten

für 4 Portionen

200 g Sojagranulat  
500 ml Gemüsebrühe  
1 rote Paprikaschote  
1 Zucchini  
1 Zwiebel  
500 g gestückelte Tomaten  
(aus der Dose)  
500 g passierte Tomaten  
(aus der Dose)  
500 g Kidneybohnen (aus  
der Dose)  
300 g Mais (aus der Dose)  
3 getrocknete  
Chilischote  
Tomatenmark  
Basilikum  
Paprikapulver  
(rosenscharf)  
Zucker  
Salz  
Pfeffer  
Öl

## Zubereitung

Sojagranulat für etwa 20 Minuten in der Gemüsebrühe quellen lassen, anschließend ausdrücken. Zwiebel würfeln, Paprika und Zucchini klein schneiden, Chilischoten fein hacken.

Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln darin glasig dünsten. Paprika und Zucchini dazugeben und fünf Minuten andünsten, dann Sojagranulat dazugeben und fünf Minuten anbraten.

Tomaten und passierte Tomaten sowie Chilischoten hineingeben, dann die Kidneybohnen und den Mais. Alles aufkochen lassen und mit etwas Tomatenmark, Zucker, Basilikum, Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Alles noch ein letztes Mal aufkochen lassen.