

Chili con Rosenseitling

3 Personen

| Menge | Zutaten |
|--------|------------------------------|
| 30 g | Rapsöl |
| 100 g | Bio-Rosenseitlinge GutBehüet |
| 100 g | Melanzani |
| 150 g | Tomaten |
| 50 g | Petersilwurzel |
| 50 g | Karotte |
| 80 g | Zwiebel |
| 15 g | Tomatenmark |
| 370 g | Tomatensauce |
| 150 ml | Wasser |
| 300 g | Rote Bohnen gekocht |
| 1 TL | Gemüsewürze - GutBehüet |
| ½ TL | Salz |
| 70 g | Zuckermais |
| | Lorbeerblatt |
| | Chili/Chiliöl |

Gemüse klein würfelig schneiden, Rosenseitlinge klein hacken oder cuttern (0,5x0,5 cm), in einem Topf Rapsöl erhitzen, Zwiebel anrösten, Seitlinge dazugeben, gut durchrösten, Gemüse ebenso mitrösten, Tomatenmark dazugeben, gut verrühren und mit Tomatensauce aufgießen. Die abgetropften Bohnen und das Wasser mit den Gewürzen begeben und auf kleiner Flamme ca. 15 min. köcheln lassen. Den Zuckermais hinzugeben nochmals aufkochen und mit Chili nach Geschmack würzen. Als Beilage eignet sich Reis oder Vollkornbaguette.

