



## Chili con verdura - Bohneneintopf mit Mais und Gemüse

Chili con carne - wer kennt das einfache, aber gute Eintopfgericht nicht. Es ist auch in grösseren Mengen einfach zuzubereiten, kann gut vorbereitet und aufgewärmt werden und daher gut geeignet, an Partys oder an Festen zu späterer Stunde aufgetischt zu werden, um die knurrenen Mägen der Gäste zufrieden zu stellen. Die vegetarische Variante steht dem fleischlichen Original um nichts nach, egal ob dabei sommerliche oder kräftigere Wintergemüse mitgekocht werden. Nebst etwas scharfer Chilischote geben dem Eintopf Koriander, Kreuzkümmel und Pul biber einen guten Geschmack. Chili con carne, oder eben Chili con verdura sollte nicht zu pampig serviert werden, sondern eher die Konsistenz einer dicklichen Suppe haben - dann ist es gut!

Die Herkunft diese Eintopfes nicht ganz klar. Er gehört aber bestimmt zur Tex-Mex-Küche im Süden Nordamerikas, wobei der mexikanische Einfluss unverkennbar ist.

Im Rezept ist der Peperoncino eher zurückhaltend dosiert. Dazu kann man etwas Peperoncino fein schneiden, in Olivenöl einlegen und etwas ziehen lassen. Damit kann man das angerichtete Chili con verdura individuell nachwürzen.

### Zutaten (ca. 3 Portionen)

120g	Kidney-Bohnen
120g	Maiskörner (Konserve)
120g	Rüebli
100g	Sellerie
1	spitze Peperoni (mild), ca. 100g
2-3	Zweige grobblättrige Petersilie
1	kleinere Zwiebel
3-4cm	Peperoncino (Chili, scharf)
2	Knoblauchzehen
230g	Pelati mit Saft

1/2Tl Kreuzkümmel  
1/2Tl Koriandersamen  
1/2Tl Pul biber  
1dl kräftiger Rotwein  
6dl milde Gemüsebouillon  
5cl Olivenöl  
ev. etwas Pfeffer

## Zubereitung

Kreuzkümmel und Koriandersamen im Mörser zerstoßen.

Kidneybohnen 6 Stunden in kaltem Wasser einweichen (Packungsangabe beachten).

Kidney-Bohnen unter heissem Wasser abspülen und gut abtropfen lassen.

Zwiebel, Knoblauch und Petersilie hacken. Peperoncino längs vierteln, die sehr scharfen Kerne entfernen und die Schote zu feinen Streifen schneiden. Rübli, Sellerie und Peperoni in knapp 1cm grosse Würfel schneiden.

Kreuzkümmel, Koriandersamen und Pul biber in nicht zu heissem Olivenöl 1-2 Minuten anrösten. Geschnittenes Gemüse zugeben und unter häufigem Wenden 6-7 Minuten mitdünsten.

Pelati in grobe Stücke schneiden und zum Gemüse geben, nochmal kurz dünsten, dann den Pelati-Saft und den Rotwein dazugießen. Gut vermischen, aufkochen und den Wein etwas einkochen lassen. Gemüsebouillon dazugießen, die Kidney-Bohnen zugeben und alles 1 1/2 bis 2 Stunden köcheln lassen bis die Bohnen gerade so knapp gar sind. Der Eintopf sollte immer etwas flüssig sein, ab und zu aufrühren und eventuell etwas Wasser nachgiessen.

Die Bouillon wird beim Einkochen immer salziger, daher mit Wasser und nicht mit Bouillon nachgiessen.

Maiskörner unter kaltem Wasser abspülen und zum Chili geben. Nochmals 30 Minuten köcheln lassen. Eventuell mit etwas Pfeffer nachwürzen.



*Kümmel, Koriander und Pul biber leicht anrösten*



