

# Chili



Dieses köstliche Eintopfgericht braucht etwas Vorausblick: Bohnen bitte vorher über Nacht oder zumindest einige Stunden einweichen, abseihen und das Einweichwasser wegschütten.

**Zwiebel** nach Geschmack schneiden und in wenig Fett anrösten und frischen gehacketen **Knoblauch** hinzufügen. Gemüse (immer passend : **Karotte, Zeller, gelbe Rübe** -Notfalls ein Suppengrün zerkleinern) putzen und schnippeln und kurz mitrösten lassen. Danach die eingeweichten **Bohnen** ohne Einweichwasser dazugeben und mit **Paradeissoße** (Flasche oder Tetrapack) und ausreichend Wasser (die Bohnen nehmen während des Kochens einiges an Flüssigkeit auf) aufgießen. Gewürzt haben wir mit **Salz, Pfeffer** und **Chilischoten**. Im Druckkochtopf ca 20 Minuten (ohne Druck ca eine Stunde) lang kochen lassen und wenn der Topf geöffnet werden kann, eine Dose Mais dazugeben und durchziehen lassen.

---

# Chili



Am Vortag (oder einige Stunden vorher) Bohnen einweichen. Vor dem Kochen das Einweichwasser abgießen und die Bohnen mit frischem Wasser und 1 Löffel Salz ca 30-35 Minuten im Druckkochtopf kochen. Nach dem Garen das Kochwasser auffangen.

Für das Chili haben wir nun etwas **Zwiebel** angeröstet und kleingeschnittene **Karotten und Zeller** dazugegeben. Aufgegossen wird mit **Tomatensoße** (für ein halbes Kilo Trockenmasse Bohnen haben wir 2 Flaschen á 500ml genommen). Die abgegossenen Bohnen, **Mais** (2 Dosen), Salz, frische oder getrocknete **Chilischoten** und reichlich **Oregano** dazugeben und ca 30 Minuten köcheln lassen. Wenn der Eintopf zu dickflüssig ist, etwas von dem Bohnenkochwasser dazugeben.