



Chorizo-Chili mit weißen Bohnen

und buntem Gemüse, dazu Tortilla-Chips



20-30min



2 Personen

Wir mögen es warm und würzig, deshalb köcheln wir uns heute mal wieder ein schönes Chili. Der pikante Eintopf eignet sich perfekt, um mit verschiedenen Zutaten zu experimentieren - heute mit herzhafter Chorizo, knackiger Karotte und weißen statt Kidneybohnen. Paprika und Tomate sind natürlich auch drin, denn ein bisschen Konvention muss sein. Dazu gibt es selbst gemachte Tortilla-Chips, die sich wunderbar eintunken lassen.

- 1 grüne Paprika
- 1 Karotte
- 2 Tomaten
- 2 Knoblauchzehen
- 100g Chorizo, gewürfelt ²
- 1 Pck. mexikanische Gewürzmischung
- 1 Dose weiße Bio-Bohnen
- 1 Pck. Tortillas ¹

- 1EL Tomatenketchup
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf
- Kartoffelstampfer

Wer möchte, kann auch alle Tortillas verwenden.

Gluten (1), Milch (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 836kcal, Fett 41.5g,
Kohlenhydrate 76.5g, Eiweiß 30.7g



Den Backofen auf 180°C (160°C Umluft) vorheizen. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in ca. 2cm große Stücke schneiden. Die **Karotte** ggf. schälen, längs halbieren und quer in dünne Scheiben schneiden. Die **Tomaten** grob würfeln. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheibchen schneiden.



Die **Chorizo** in einem mittelgroßen Topf mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1-2Min. anbraten. Die **Paprika** und den **Knoblauch** zufügen und unter Rühren 1-2Min. mitbraten. Die Hitze reduzieren und die **Karotten**, die **Tomaten**, die **Gewürzmischung**, 1EL Ketchup und je 1 Prise Salz und Pfeffer zugeben und 3-4Min. weiterbraten.



Die **Bohnen samt Flüssigkeit** zugeben, die Bohnendose zur ½ mit Wasser füllen und das Wasser angießen. Das **Gemüse** sollte mit Flüssigkeit bedeckt sein, dafür ggf. noch mehr Wasser zufügen. Das **Chili** 12-15Min. köcheln lassen.



4 Tortillas halbieren und in gleichmäßige, ca. 4cm breite Dreiecke schneiden. Mit 2EL Olivenöl und je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen, auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech verteilen und im Ofen 8-10Min. backen, bis sie knusprig sind. Nach der Hälfte der Backzeit wenden, damit die **Tortilla-Chips** gleichmäßig bräunen.



Einige **Bohnen** im **Chili** mit einem Kartoffelstampfer grob zerdrücken und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das **Chili** mit den **Tortilla-Chips** anrichten und servieren.



An Chili lieben wir besonders seine Wandelbarkeit – heute zum Beispiel bereiten wir es nicht mit Hackfleisch zu, sondern mit deftiger Chorizo. Wer die Würze der Wurst ein wenig abmildern möchte, kann – wie für Chili üblich – einen Klecks saure Sahne auf seine Portion geben. Die leicht säuerliche Cremigkeit passt perfekt zu den herzhaften Aromen. Auch ein Spritzer Limette verschafft Frische!