

Chili sin carne

Ingrédients pour 4 personnes

- 400g de haricots rouges cuits
- 200g de maïs doux
- 1 poivron rouge (frais ou surgelé)
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 400g de tomates pelés
- Huile
- 1 cuillère à café de paprika et de cumin
- Sel, poivre
- Quelques feuilles de coriandre



Préparation

- Pelez et émincez finement l'ail et l'oignon. Lavez le poivron et coupez le en lanières.
- Dans une cocotte, faites revenir l'ail et l'oignon dans un peu d'huile d'olive jusqu'à ce que l'oignon devienne translucide.
- Ajoutez les haricots égouttés et laissez cuire 5 minutes.
- Ajoutez les tomates, le maïs et les épices, la coriandre ciselée, salez et poivrez.
- Laissez mijoter 45 minutes. Ajoutez un peu d'eau si besoin.
- Servir bien chaud.



Servez avec des féculents (riz, pâtes, semoule, etc.).