

Chili sin carne



QUANTITÉ

2 personnes



PREPARATION

10 minutes



REPOS

Non



CUISSON

1h15

CE QU'IL VOUS FAUT :

- 2 tomates
- 1 poivron
- 1 oignon
- 250g d'haricots rouges en boîte égouttés
- 1 gousse d'ail
- 200g de tofu fumé
- 1 cuillère à café d'huile d'olive
- 1 cuillère à café de cumin
- 1 cuillère à café de paprika (classique ou fumé)
- 1 piment oiseau
- 1/2 bouillon cube de légumes
- 200 mL d'eau



Coupez en petits morceaux les tomates, le poivron, l'oignon et la gousse d'ail.

Émiettez le tofu et égouttez les haricots rouges.

Dans une casserole, faites revenir à feu fort pendant quelques minutes les tomates, le poivron, l'oignon, les haricots rouges, l'ail et le tofu fumé avec l'huile d'olive.

Ajoutez le cumin, le paprika, le piment oiseau émincé et le bouillon de légumes.

Versez l'eau par-dessus et mélangez bien. Laissez mijoter à feu doux (avec un couvercle) pendant au moins 1 heure.

Servez avec du riz.

ASTUCE : je préfère laisser mijoter pendant 1h30 à 2h, je trouve cela meilleur même si c'est plus long.