

CHILI SIN CARNE THE GREEN MOUNTAIN

SUCCÉDANÉS DE VIANDE | VÉGAN

10 portions

INGRÉDIENTS

- Huile de colza, 35 ml
- Oignons émincés, 3 mm, 350 g
- ail haché, 14 g
- Coriandre moulu, 2 g
- Paprika mi-fort, 17 g
- Cumin moulu, 5 g
- Poivre de Cayenne, une pincée
- Piments écrasés, 2 g
- Cannelle moulue, 3 g
- THE GREEN MOUNTAIN Plant-Based Hachée, surgelé, 770 g
- Poivron rouge, 5 x 5 mm, 280 g
- Double concentré de tomates, 17 g
- Tomates pelées, coupées en dés (Pelati), 560 g
- Eau du robinet, 1.7 l
- Sel de table, 10 g
- HILCONA Haricots rouges, 490 g
- Grains de maïs surgelés, 420 g
- Sauce pour rôtis déshydratée, végétalienne, 80 g

PRÉPARATION

1. Dans une cocotte basculante ou une casserole adaptée ou similaire, chauffer l'huile et faire revenir les dés d'oignon.
2. Faire revenir l'ail et les épices.
3. Faire revenir la viande hachée décongelée.
4. Faire revenir les dés de poivron.
5. Faire revenir la pâte de tomates et la laisser cuire à feu doux.
6. Remplir avec les pelati et l'eau et laisser mijoter 30 minutes.
7. Ajouter du sel, des haricots et du maïs.
8. Lier la sauce avec la poudre à sauce de rôti et laisser mijoter encore environ 10 minutes.