

Chili sin carne



Ingrédients (pour 10 personnes)

Quantité	Libellé produit	Réf
0.05	Bouillon de légumes BIO en boîte 1 kg KNORR	0027623
0.2	Carottes moyennes	~
0.1	Double concentré de tomate 28% en boîte 4/4 VALTONIA	0040920
0.75	Haricots rouges en boîte 5/1 EPISAVEURS	0025087
PM	Huile d'olive vierge extra biologique en bidon 5 L GID	0096619
0.2	Maïs doux en grains sous-vide en boîte 4/4 EPISAVEURS	0025095
0.025	Mélange d'épices mexicain en boîte 185 g DUCROS	0032782
0.25	Oignons moyens	~
0.2	Lanières de poivrons rouges et jaunes rôtis en boîte 4/4 DEMETRA	0097975
0.25	Protéine de soja BIO en sachet 5 kg MARKAL	0231314
0.013	Purée d'ail en pot 750 g KNORR PROFESSIONAL	0032540
0.7	Riz long Indica étuvé en sac 10 kg EPISAVEURS	0023656
PM	Sel et poivre	~
1.25	Tomate pelée concassée en cubes en boîte 5/1 VALTONIA	0046548

Étapes de préparation

1

Commencer par réhydrater les protéines de soja dans 2 à 3 fois leur volume de bouillon de légumes chaud, pendant au moins 10 minutes.

- 2 Éplucher les légumes frais (oignons et carottes) et les tailler en petits morceaux. Réserver.
- 3 Mixer les tomates pelées avec le concentré de tomate. Ajouter la protéine de soja et mixer encore un peu. Réserver.
- 4 Égoutter les poivrons en lanières et les tailler en petits cubes. Réserver.
- 5 Dans une grande marmite, faire chauffer l'huile d'olive. Ajouter les oignons, les carottes et la purée d'ail. Faire cuire quelques minutes avant d'ajouter les haricots rouges et le maïs égouttés partiellement.
- 6 Laisser cuire 5 minutes environ. Ajouter la tomate, la protéine végétale réhydratée et les épices. Saler et poivrer.
- 7 Faire mijoter 45 minutes à 1 heure, à feu doux.
- 8 Pendant ce temps, cuire le riz façon créole dans un grand volume d'eau salée.
- 9 Vérifier et corriger l'assaisonnement du chili sin carne.
- 10 Au moment du service, dresser l'ensemble dans une assiette creuse et servir bien chaud.
- 11 Il est possible de substituer tout ou partie de cette recette par une barquette de 2,4 kg de Chili veggie sauce épicée D'AUCY (202222).

Le bon accord vin

Pour accompagner votre recette, nous vous proposons un Blaye Côtes de Bordeaux rouge AOC en bouteille 75 cl CHÂTEAU HAUT SOCIONDO