



Zoete-aardappelchili met zwarte bonen

Een hartverwarmende vegetarische chili met blokjes zoete aardappel, zwarte bonen en maïs in een pittige tomatensaus. Vullend, kleurrijk en vol smaak.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
15'	35'	4	Hoofdgerecht

Ingrediënten

- 2 zoete aardappelen, in blokjes
- 1 blik zwarte bonen (400 gr), uitgelekt
- 1 blik maïs (300 gr), uitgelekt
- 1 ui, fijngesneden
- 3 teentjes look, geperst
- 1 rode paprika, in blokjes
- 1 blik gepelde tomaten (400 gr)
- 2 tl komijnpoeder
- 1 tl gerookt paprikapoeder

0,5 tl chilipoeder
1 tl gedroogde oregano
3 el olijfolie
400 ml groentebouillon
sap van 1 limoen
1 handvol verse koriander
zout en peper

Bereidingswijze

1. Verhit de olijfolie in een ruime pot en stoof de ui met de paprika een paar minuten zacht.
2. Voeg de look, komijn, paprikapoeder, chilipoeder en oregano toe en bak alles kort tot het geurt.
3. Roer de blokjes zoete aardappel erdoor zodat ze bedekt raken met de kruiden.
4. Voeg de gepelde tomaten en de bouillon toe en plet de tomaten grof.
5. Breng het geheel aan de kook en laat het twintig minuten zachtjes pruttelen met een deksel op de pot.
6. Voeg de zwarte bonen en de maïs toe en laat nog tien minuten doorkoken tot de zoete aardappel zacht is.
7. Roer af en toe zodat de chili niet aanbakt en dik indikt.
8. Breng op smaak met zout, peper en een scheut limoensap.
9. Werk af met verse koriander en serveer met rijst of een lepel zure room.

Ontdek meer recepten op [kookpot.be](https://www.kookpot.be)