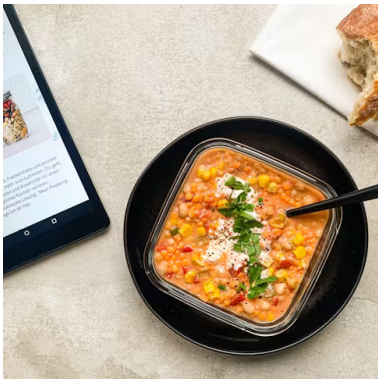

# Feuriges rote Linsen Chipotle-Chili

30–35 Min

## Zubereitung

1. Im ersten Schritt die Zwiebel und den Knoblauch schälen und in feine kleine Würfelchen schneiden. Nun die Paprika entkernen und ebenfalls in feine Würfel schneiden.
2. Nun in einem Topf etwas Sesamöl erhitzen und die Zwiebelwürfel und den Knoblauch darin anschwitzen. Paprika beimengen und ebenfalls anbraten. Anschließend die Linsen hinzugeben und für etwa 3 Minuten anbraten.
3. Im nächsten Schritt mit der Gemüsesuppe ablöschen. Nun werden die gehackten Tomaten hinzugefügt. Alles sollte für etwa 10 Minuten kochen, bis die Linsen gegart sind. Mit Kotányi Salz und Pfeffer abschmecken. Nun Cumin unterrühren.
4. Danach die Bohnen und den Mais hinzugeben. Sauerrahm mit 1 TL Mehl mischen und für weitere 10 Minuten kochen lassen. Am Ende mit geschnittenen Jungzwiebelringen und Kotányi Chipotle Smoked Chilis würzen.

## Zutaten für 2 Portionen

= Kotányi Produkte

| | |
|---|---|
| 1 Stk. | Kleine weiße Zwiebel |
| 1 Stk. | Knoblauchzehe |
| 1 Stk. | Rote Paprika |
| 150 g | Rote Linsen |
| 1 EL | Sesamöl |
| 200 ml | Gemüsesuppe |
| 1 | Dose gehackte Tomaten (400g) |
| 240 g | Weiße Bohnen (Abtropfgewicht) |
| 80 g | Mais (Abtropfgewicht) |
| 2 EL | Sauerrahm |
| 1 Stk. | Jungzwiebel |
| 1 TL | Mehl |
| 1 TL | Chipotle Smoked Chili |
| 1 Prise | Pfeffer bunt ganz |
| 1 TL | Meersalz jodiert grob |
| 1 TL | Cumin (Kreuzkümmel) gemahlen |