



Boodschappenlijst

Vegetarische chili sin carne

Voor 4 personen

- ☐ 1 blik kidneybonen (400 g)
- ☐ 1 blik zwarte bonen (400 g)
- ☐ 1 blik tomatenblokjes (400 g)
- ☐ 150 g maïs (uit blik of diepvries)
- ☐ 1 ui
- ☐ 2 teentjes knoflook
- ☐ 1 rode paprika
- ☐ 1 el tomatenpuree

- ☐ 1 tl komijnpoeder
- ☐ 1 tl gerookt paprikapoeder
- ☐ 1/2 tl chilipoeder
- ☐ 100 ml water
- ☐ 2 el olijfolie
- ☐ een handvol verse koriander
- ☐ zout en peper