

# Chilí con Bulgur



©Stephanie Natalie

## Zutaten für 5 Teller:

1 Dose Mais  
1 Dose Kidneybohnen  
1 Dose stückige Tomaten  
150g Süsskartoffel  
1 Paprika  
1 Zwiebel (wer's mag ;-))  
350ml Gemüsebrühe,  
75g Bulgur  
Salz, Pfeffer und Chilipulver

## Zubereitung:

1. Die rohen Zutaten (Zwiebel, Süsskartoffel und Paprika) in 1 EL Olivenöl anbraten
2. Mais, Kidneybohnen und stückige Tomaten hinzufügen
3. Mit der Brühe auffüllen, Bulgur rein und etwa 20 Minuten köcheln lassen
4. Nach Belieben mit den Gewürzen abschmecken.