

Rauchige Jalapeno-Corn-Beans

Zutaten:

(für 2 Personen)

- 2 Dosen Kidney- Bohnen (Abtropfgewicht je Dose: 225g)
- 1 Dose Gemüsemais (Abtropfgewicht: 285g)
- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 2 Zehen Knoblauch
- 3-4 Stck. „Chipotle Peppers in Adobo-Sauce“ (am besten von La Costena)
- einige Spritzer Tabasco „Chipotle“
- 3-4 Esslöffel Olivenöl
- Prise Salz

Zubereitung:

- Kidney- Bohnen abgießen und gut mit Wasser abspülen; Gemüsemais ebenfalls von Dosenflüssigkeit befreien; Zwiebeln in kleine Stücke schneiden; Knoblauch fein würfeln; Chipotle-Peppers in kleine Stückchen schneiden
- Olivenöl in einen Wok geben; Knoblauch, Zwiebeln und Chipotle Peppers leicht darin andünsten; etwas Adobo Sauce hinzufügen
- Kidney- Bohnen und Mais hinzugeben und alles unter Rühren erhitzen und 3 Minuten köcheln lassen
- Jetzt die Tabasco Sauce und die Prise Salz hinzugeben und das ganze noch 1 Minute durchziehen lassen..... Fertig
- Dazu eignet sich frisches Weißbrot und ein frisches Pilsener ☺

GUTEN APPETIT