



CHILE DE VERDURAS VEGETARIANO

Ingredientes

Para tres personas

1 cucharada de aceite vegetal
3 dientes de ajo
1 cebolla picada
100 gr de zanahorias picadas
100 gr de pimiento verde
100 gr de pimiento rojo
2 cucharadas de chile en polvo
200 gr de setas frescas picadas
1 lata de tomates enteros pelados
1 lata de frijoles negros
1 lata de habas rojas
1 lata de habas pintas
1 lata de maíz
1 cucharada de comino
1/2 cucharada de orégano seco
1/2 cucharada de albahaca seca
1/2 cucharada de ajo en polvo

Pasos

1. Calentar el aceite en una olla grande a fuego medio. Cocinar y mezclar el ajo, la cebolla y las zanahorias en la olla hasta que estén tiernos. Mezclar el pimiento verde y el pimiento rojo. Sazonar con chile en polvo. Continuar cocinando unos cinco minutos o hasta que los pimientos estén tiernos.
2. Añadir las setas a la pota. Añadir los tomates con líquido, los frijoles negros con líquido, los frijoles rojos con líquido, los frijoles pintos con líquido y el maíz. Condimentar con comino, orégano, albahaca y ajo en polvo. Llevar a hervir. Reduzca el fuego a medio, cubrir y cocinar veinte minutos, removiendo ocasionalmente.