

### Zutaten

1 Zwiebel  
½ Päckchen Soja-Schnetzel fein  
2 Tassen Gemüsebrühe  
2 Knoblauchzehen  
1 grüne Paprikaschote  
1 Dose oder frische Tomaten  
1 Dose Kidneybohnen  
1 kl. Dose Mais  
2 EL Sojasauce  
6 EL Tomatenmark  
1 Chilischote  
2-3 EL Paprikapulver, rosenscharf  
5 EL Olivenöl  
Kräutersalz  
Pfeffer

### Eine Prise Zucker **Zubereitung**

Der Klassiker für die Party. Ist einfach, lecker und günstig auch in großen Mengen. Die Packung Soja-Schnetzel in eine Pfanne geben und mit Brühe bedecken. In der Zwischenzeit die Zwiebel, Paprikaschote, Tomaten, Chilischote und Knoblauch klein würfen bzw. hacken. Die Brühe köcheln lassen, bis sie verdunstet ist. Dann reichlich Olivenöl zu den weichen Soja-Schnetzel geben und mit Sojasauce würzen. Danach zuerst die Zwiebel, dann das geschnittene Gemüse und den Knoblauch dazugeben und mit dem „Hack“ andünsten. Dann mit der Gemüsebrühe auffüllen und das Tomatenmark unterrühren. Dann die abgetropften Kidneybohnen und den Mais hinzugeben. Das Ganze nun bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten köcheln lassen bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Danach mit Paprikapulver, Kräutersalz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken. Wer es nicht so scharf mag, lässt die Chilischote weg. Dazu schmeckt Fladenbrot oder Reis.