

## Chili végétarien épicé au chocolat



*Découvrez notre recette alléchante de Chili végétarien épicé au chocolat. Ce plat savoureux associe un mélange de légumes et d'épices aromatiques avec une touche de chocolat pour une twist unique et satisfaisant. Parfait pour les amateurs de chili à la recherche d'une option délicieuse et sans viande.*

Préparation 30 min

Cuisson 40 min

Portions 6

Nutrition Facts (per serving)

Calories 330

Lipides 10

Glucides 43

Fibres 12

Protéines 18

Sodium 450

### **Ingrédients**

- 15 ml (1 c. à soupe) d'huile végétale
- 1 oignon haché
- 2 gousses d'ail, hachée
- 2 carottes, coupées en dés
- 2 branches de céleri, coupées en dés

- 1 poivron, coupé en dés
- 340 g (1 paquet) de sans-viande haché GUSTA (ou autre viande hachée, cuite)
- 30 ml (2 c. à soupe) de pâte de tomates
- 15 ml (1 c. à soupe) de sriracha
- 15 ml (1 c. à soupe) de poudre de chili
- 10 ml (2 c. à thé) de paprika fumé
- 5 ml (1 c. à thé) de cumin moulu
- 750 ml (3 tasses) de bouillon de légumes faible en sodium
- 1 conserve (796 ml) de tomates en dés
- 1 conserve (540 ml) de haricots noirs, rincés et égouttés
- 125 ml (½ tasse) de maïs congelé

## Garniture

- 60 ml (¼ tasse) de chocolat noir haché
- 6 quartiers de lime
- 2 tortillas, coupés en triangles
- Coriandre fraîche (optionnel)

## Préparation

1. Dans une grande casserole, faire dorer les oignons et l'ail dans l'huile 5 minutes à feu moyen.
2. Ajouter les carottes, le céleri, le poivron et le “sans-viande” et poursuivre la cuisson 5 minutes en brassant de temps en temps.
3. Ajouter le reste des ingrédients. Couvrir et laisser mijoter à basse température pendant au moins 30 minutes.
4. Répartir dans des bols, puis ajouter le chocolat haché, la coriandre fraîche, les tortillas et la lime.



Gabrielle Simard – Créatrice culinaire  
Développement et responsable médias sociaux