

Chili con carne

Bei uns gab es am Wochenende Chili con carne mit selbstgemachten Baguette. Chili gehört bei uns definitiv zu den Lieblingsgerichten, da es schnell und einfach zubereitet ist. Auch lässt es sich für gemeinsame Essen mit Familie und Freunden perfekt vorbereiten.

Einkaufsliste (für 6 Personen)

1200 g Rinderhackfleisch
2 Zwiebeln
2 Zehen Knoblauch
1 EL Öl, zum Anbraten
1700 g Tomaten passiert
3 EL Tomatenmark
2 Dosen Kidneybohnen (600g)
1 Dose Mais (250g)
Cayennepfeffer
Paprikapulver
Chilipulver
Salz
Pfeffer
Gemüsebrühe



mmh ...

Zubereitung

- 1 Zwiebeln und Knoblauch fein schneiden. Anschließend mit dem Rinderhackfleisch in der Pfanne mit etwas Öl anbraten. Dabei ab und zu umrühren.
- 2 Das Hack mit den passierten Tomaten, dem Tomatenmark sowie Gewürzen (Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Chilipulver, Cayennepfeffer) in einen Topf geben und erhitzen. Lieber etwas vorsichtiger würzen und gegebenenfalls nach der Kochzeit nachwürzen.
- 3 Bei mittlerer Hitze ca. 30 Minuten einkochen lassen. Ist die Flüssigkeit verkocht, mit Gemüsebrühe die gewünschte Konsistenz regulieren.
- 4 Kurz vor Ende der Garzeit, Bohnen und Mais aus der Dose abspülen und ebenfalls in den Topf geben. Nach 5-10 Minuten Garvorgang alles noch abschmecken und gegebenenfalls nachwürzen.