

Chili con Carne



Zutaten für 2 Portionen:

250 g	Gemischtes Hackfleisch
250 g	Kidneybohnen (1 Dose)
250 g	Mais (1 Dose)
1 - 1 ¼	Chilischote(n), getrocknete, klein geschnittene
125 ml	Fleischbrühe (Rind)
1 - 1 ½	Knoblauchzehe(n)
¼ Tube/n	Tomatenmark
¼ Prise(n)	Chilipulver
125 g	Tomate(n), klein geschnitten
75 g	Zwiebel(n)
1-2 EL	Öl
¼ Prise(n)	Salz
¼ Prise(n)	Pfeffer

Etwa 1-2 Esslöffel Öl in einer Pfanne erhitzen und das Hackfleisch zugeben. Solange anbräunen, bis es körnig wird. Dann in einen großen Topf umfüllen und mit der Brühe auffüllen.

Die Zwiebeln werden geschält, gewürfelt und in der Pfanne mit dem restlichen Öl so lange angebraten, bis sie glasig sind. Danach das Tomatenmark zufügen, kurz weiter braten und anschließend in den Topf geben. Dort hinein kommen auch die klein geschnittenen Tomaten. Mit dem gepressten Knoblauch und den klein geschnittenen Chilischoten wird das Ganze nun gewürzt.

Den Topf jetzt auf kleiner Flamme köcheln lassen, bis die Tomaten zart geworden sind. Erst jetzt gibt man die abgetropften Bohnen und den Mais dazu.

Das Chili con Carne wird noch einmal kurz erhitzt und mit Salz, Pfeffer und Chilipulver abgeschmeckt.

Dazu serviert man am besten Tortillas oder ersatzweise Baguette.

Arbeitszeit: ca. 55 Min.

Schwierigkeitsgrad: normal