

Chili con Carne

Zutaten für 4 Personen

Zubereitungszeit 40 Minuten

Schwierigkeit normal

Zutaten

400 g Hackfleisch
6 Fleischtomaten
200 g rote Kidney-Bohnen
2 rote Zwiebeln
2 weiße Zwiebeln
2 EL Tomatenmark
2 EL Mehl
200 ml Gemüsebrühe
100 g Mais
2 EL Bratöl
1 TL Chili Würzöl
2 TL Mediterranes Würzöl
1 TL Salz
1 Prise Pfeffer



Zubereitung

Bratöl in einem großen Topf erhitzen und das Hackfleisch darin anbraten. Die roten und weißen Zwiebeln grob würfeln und mit dem Fleisch anbraten. Das Tomatenmark hinzufügen, alles mit Mehl bestäuben und mit Gemüsebrühe ablöschen. Bei milder Hitze langsam gar köcheln lassen. Mit Salz, frisch gemahlenem Pfeffer, mediterranem Würzöl und Chili Würzöl nach Wunsch beträufeln, gut unterrühren. Die Tomaten häuten: Über Kreuz einritzen und für 30 Sekunden in kochendes Wasser legen, danach sofort in Eiswasser geben, dann lässt sich die Haut ganz leicht abziehen. Das Fruchtfleisch in Würfel schneiden und mit den roten Bohnen und dem Mais unter das Chili geben. 8 - 10 Minuten mitköcheln lassen und mit Reis servieren.

Hinweise

Tipp: Chili Würzöl sparsam verwenden, lieber bei Tisch individuell nachwürzen! Besonders aromatisch wird dies Chili durch die Zugabe von Mediterranem Würzöl.