

Rezept

Chili con Carne mit Kakao und Maisgriess

Ein Rezept von Chili con Carne mit Kakao und Maisgriess, am 14.04.2024

Zutaten

- | | |
|--|--|
| 2 Zwiebeln (100 g) | 1 große Knoblauchzehe |
| 1/2 ½ gelbe Paprikaschote (100 g) | 1/2 ½ rote Paprikaschote (100 g) |
| 2-3 2-3 kleine rote Chilischoten | 4 EL Olivenöl |
| 700 g Rinderhackfleisch | Salz |
| schwarzer Pfeffer | 2 TL 2 EL Tomatenmark |
| 2 Dosen gehackte Tomaten (à 400 g) | 1 EL Maisgrieß |
| 1/2 TL ½ TL Rinderbrühpulver | 2 Dosen Mais (à 140 g Abtropfgewicht) |
| 2 Dosen Kidneybohnen (à 125 g Abtropfgewicht) | 3 Msp. Kakaopulver |
| 1 EL Apfelessig | 2 Prisen brauner Zucker |
| 4 EL saure Sahne | Olivenöl zum Beträufeln |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min

Zubereitung

1. Zwiebeln und Knoblauch schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Die Paprika entkernen und weiße Samenwände entfernen. Die Hälften waschen und in kleine Würfel schneiden. Die Chilischoten waschen, halbieren und entkernen (für mehr Schärfe die Kerne belassen). Die Hälften klein schneiden.
2. Das Olivenöl in einem Topf (24 cm Ø) erhitzen. Das Hackfleisch darin etwa 10 Min. scharf anbraten, bis das Fleisch bräunt. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zwiebeln 2 Min. mitbraten. Das Tomatenmark 3 Min. mitrösten. Knoblauch, Chili und Tomaten einrühren. Die Dosen mit 800 ml Wasser ausschwenken und dieses ebenfalls zum Chili gießen. Maisgrieß und Brühpulver einrühren und alles in 4 Min. aufkochen lassen.
3. Das Chili abgedeckt bei schwacher Hitze etwa 1 Std. 30 Min. köcheln lassen. Dabei gelegentlich umrühren. Den Deckel abnehmen, die Paprikawürfel einrühren und das Chili offen noch 30 Min. köcheln lassen.
4. Mais und Bohnen in ein Sieb gießen, kalt abspülen und abtropfen lassen. Beides zum Chili geben und 10 Min. darin ziehen lassen. Das Chili mit Salz, Pfeffer, Kakao, Essig und Zucker abschmecken.
5. Die saure Sahne in einer kleinen Schüssel glatt rühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Den Eintopf in vorgewärmten tiefen Tellern, Schalen oder Tassen anrichten. Einen Klecks saure Sahne daraufsetzen und mit ein paar Tropfen Olivenöl beträufeln. Dazu schmeckt frisches Baguette oder Bauernbrot.