

Rezept

Einfaches Chili con carne

Ein Rezept von Einfaches Chili con carne, am 25.03.2023

Zutaten

2-3 Zwiebeln	3 Knoblauchzehen
2-3 Möhren	1 Stück Knollensellerie (200 g)
1 kleine rote Paprikaschote	1 kleine grüne Paprikaschote
1 große Dose geschälte Tomaten (800 g)	4 EL Öl
500 g mageres Rinderhackfleisch	1 EL frische Thymianblättchen
½-1 TL Sambal oelek	Salz
Pfeffer aus der Mühle	1 Dose Kidneybohnen (400 g)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4-6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 345 kcal

Zubereitung

1. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein hacken. Möhren und Knollensellerie schälen, die Paprikaschoten waschen und halbieren, Trennwände rausschneiden. Alles waschen und in möglichst kleine Würfel schneiden. Tomaten aus der Dose grob hacken.
2. Einen großen, am besten auch noch schweren Topf auf den Herd, das Öl reingießen und heiß werden lassen. Erst das Hackfleisch allein anbraten, damit es schön anbrutzelt und etwas braun wird. Dann erst Zwiebeln, Knoblauch untermischen und kurz mitbraten, danach Möhren, Sellerie, Paprika und ganz zum Schluss die Tomaten mit Saft dazu.
3. Mit Thymian, Sambal oelek, Salz und Pfeffer kräftig würzen. Einmal aufkochen lassen, dann Deckel zu und bei mittlerer Hitze 1-1 ½ Stunden schmoren.
4. Bohnen aus der Dose in ein Sieb abgießen und kurz abrausen. Mit in den Topf, 15 Minuten weiterschmurgeln. Danach unbedingt nochmal abschmecken und schön scharf machen.