



Chili con Carne

Zeit gesamt
20min

Zubereitungszeit
1h 20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|-------------------|---------|
| Zwiebeln, gelb | 2 St. |
| Knoblauchzehen | 1 St. |
| Peperoni Mix | 1 St. |
| Öl | 4 EL |
| Rinderhackfleisch | 600 g |
| Tomaten, gehackt | 800 g |
| Tomatenmark | 2 EL |
| Salz | |
| Pfeffer, schwarz | |
| Rosenpaprika | 1 TL |
| Mais aus der Dose | 250 g |
| Kidneybohnen | 400 g |
| Kreuzkümmel | 0.25 TL |
| Zucker | 1 EL |
| Baguette | 1 St. |
| Chili, gemahlen | |

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Monsieur Cuisine

1. Zwiebeln halbieren und schälen. Knoblauch schälen. Peperoni waschen, halbieren und Kerngehäuse entfernen.
2. Im Mixbehälter Zwiebeln, Knoblauch und Peperoni geben mit eingesetztem Messbecher 6 Sek./Stufe 6 zerkleinern. Mithilfe des Spatels an der Innenwand des Mixbehälters nach unten schieben. 2 EL Öl zugeben und ohne eingesetzten Messbecher 3 Min./Anbratstufe dünsten. 300 g Hackfleisch dazugeben und ohne eingesetzten Messbecher 3 Min./Anbratstufe anbraten. Hackfleisch in eine Schüssel umfüllen und beiseitestellen.
3. In den Mixbehälter 2 EL Öl und restliches Hackfleisch geben und ohne eingesetzten Messbecher 3 Min./Anbratstufe anbraten. Beiseitegestellte Zwiebel-Hackfleisch-Mischung, gehackte Tomaten und Tomatenmark in den Mixbehälter geben und mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Mit eingesetztem Messbecher mit Linkslauf 25 Min./100 °C/Stufe 1 garen.
4. Inzwischen Mais und Kidneybohnen in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. In den Mixbehälter geben. Kreuzkümmel und Zucker zufügen und Chili con Carne mit eingesetztem Messbecher mit Linkslauf 15 Min./90 °C/Stufe 1 köcheln lassen.
5. Backofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Baguettes im Ofen ca. 10 Min. knusprig aufbacken. Vor dem Servieren Chili con Carne pikant mit Salz, Pfeffer und je nach Geschmack mit Chili abschmecken. Mit eingesetztem Messbecher mit Linkslauf 20 Sek./Stufe 1 verrühren. Chili auf Teller anrichten und mit Baguettes servieren.

Guten Appetit

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 684 kcal |
| Kohlenhydrate | 67 g |
| Eiweiß | 45 g |
| Ballaststoffe | 12 g |
| Fette | 27 g |