

Feurig-fruchtiges Chili con Carne



Chili con Carne darf auf keiner **Party** fehlen – und ist immer die **beste Wahl**, wenn man viele Leute mit möglichst **wenig Aufwand** richtig lecker bewirten will.

Zutaten für 4 Portionen

- 1 Zwiebel (groß)
- 1 Knoblauchzehe
- 1 rote Chili (klein)
- 1 EL Öl
- 500 gr Rinderhackfleisch (am besten Bio)
- 3 EL Tomatenmark
- 1 Dose Tomatenstückchen (400 g Abtropfgewicht)
- 250 ml Rinderbrühe (Instant, aus dem Glas oder frisch vom Metzger)
- 1TL Kreuzkümmel (gemahlen)
- Salz, Pfeffer (frisch gemahlen), ggf. Chilipulver
- 1 Dose Mais (250 g Abtropfgewicht)
- 1 Dose Kidneybohnen (250 g Abtropfgewicht)
- 1 Bund Petersilie zur Dekoration

Zubereitung:

1. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Chili halbieren, weiße Kerne und Trennwände entfernen und fein würfeln (ggf. mit Küchenhandschuhen arbeiten).
2. Das Öl in einem großen flachen Topf erhitzen und die Zwiebelwürfel darin hellbraun anbraten.
3. Das Hackfleisch, gewürfeltes Chili und Knoblauch dazugeben und weiterbraten. Das Hackfleisch dabei mit einem Pfannenwender gut zerdrücken, damit es krümelig wird.
4. Jetzt das Tomatenmark dazugeben, kurz mitbraten (nicht zu lange, damit es nicht bitter wird), dann die Tomatenstückchen dazugeben und die Brühe dazugießen.
5. Gut verrühren und mit Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer abschmecken und alles bei mittlerer Hitze etwa 20 Minuten köcheln lassen. Dabei gelegentlich umrühren.
TIPP: Wer es noch etwas schärfer haben will, kann mit Chilipulver nachschärfen.
6. Inzwischen Mais und Bohnen in ein Sieb geben, abspülen und gut abtropfen lassen. Beides zum Chili dazugeben und zusammen noch 5 Minuten köcheln lassen.



Tipps und Tricks

- Dieses Gericht kann man **gut vorkochen** und **aufwärmen**. Dann schmeckt es sogar fast noch besser. Dafür das Chili abkühlen lassen und gut abgedeckt bis zum nächsten Tag in den Kühlschrank stellen. Langsam und unter Rühren wieder erwärmen, aufkochen und noch einmal abschmecken.
- Chili con carne lässt sich aber auch **gut einfrieren**. Am besten gleich die doppelte Menge kochen und die Hälfte einfrieren.
- Je länger Chili mitkocht, desto kräftiger tritt seine Schärfe hervor. Wer seinem Gericht nur eine **leicht-scharfe Note** geben möchte, verwendet das **Chili** erst **gegen Ende** des Garens.