Chili con carne



Foto und Rezept von Sylvia Hofmann

Zutaten:
500 g Rinderhack
3 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
1 Dosen Tomatenstücke
2 Paprikaschoten
100 ml passierte Tomaten
1 EL Tomatenmark
1 TL Sambal Olek
1/2 Dose Mais
1 Dose Kidneybohnen
1 Dose Chilibohnen
1 EL Olivenöl
1 TL Salz
1 TL Gemüsebrühe
1 ½ EL Oregano
½ TL Majoran
½ TL Kreuzkümmel
½ TL Paprika süß
½ TL Paprika scharf
¼ TL Zimt
1 Prise Zucker
Pfeffer

Zubereitung:
Auf 140° aufheizen. Zwiebeln 2 min. bei Intervall 0 mit Kochrührelement anbraten.Hackfleisch dazugeben und 5 min bei Intervall 0 anbraten. Nach 2 min. Knoblauch dazugeben.

Tomatenstücke, Paprika, passierte Tomaten, Tomatenmark und

Sambal Olek hinzugeben und weitere 5 min. bei Intervall 0 kochen. Nun alle Gewürze dazu und 3 min. köcheln lassen.

Nun noch die abgetropften Kidneybohnen, Chilibohnen und den Mais dazugeben. Temperatur auf 85° runterstellen, Rührintervall 9 und das ganze 4 Stunden weiterköcheln lassen.

Vor dem Servieren nochmal abschmecken.