

Schnelles Feierabend Chili

Rezept zur Verfügung gestellt von Anna Weidner

Zutaten:

1 Zwiebel
2 Karotten
1 Paprika
1 Dose Mais
1 Dose Kidneybohnen
1 Knoblauchzehe
2 Dosen Pizza Tomaten
500g Rinderhack
300 ml Rinderfond (Gemüsefond)
100ml Rotwein
2 EL Öl
1/2 – 1 TL Chilliflocken
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Im Multi die Karotten und Paprika in Scheiben schneiden.

Die Zwiebeln und den Knoblauch fein würfeln.

Öl in der schüssel der CC erhitzen. Das Hackfleisch mit dem Kochröhrelement auf Intervallstufe 3 und 140° Grad anbraten.

Zwiebeln und Knoblauch zugeben und kurz mitbraten. Das ganze mit Rotwein ablöschen und diesen vollständig verkochen lassen.

Dann die Pizzatomaten, Karotten, Paprika und Fond zugeben. Kräftig mit Salz, Pfeffer und Chilliflocken würzen.

Kurz aufkochen lassen und dann die Temperatur auf 100° zurückdrehen und 15min köcheln lassen.

Mais und Kidneybohnen in einem Sieb abtropfen lassen. In die Schüssel geben und ca. 5 min mitköcheln lassen.

Wir essen gern frisches Baguette dazu. Wer möchte kann aber auch Reis als Beilage servieren.