Chili con Carne

Hauptgerichte · 4 Portionen · Arbeitszeit 15 Min. · Gesamtzeit 50 Min.

Rezept online

ZUTATEN

- 1 Zwiebel, halbiert
- 2 Knoblauchzehen
- 1 rote Chilischote (oder ½ TL Chiliflocken)
- 1 rote Paprika, in Stücken
- 20 g Öl
- 500 g Rinderhackfleisch
- 30 g Tomatenmark
- 1 TL Paprikapulver edelsüß
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- ½ TL getrockneter Oregano
- 400 g stückige Tomaten (1 Dose)
- 150 g Wasser
- 1 TL Gemüsebrühpaste
- 1 Dose Kidneybohnen (ca. 250 g abgetropft)
- 1 kleine Dose Mais (ca. 140 g abgetropft)
- Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker

ZUBEREITUNG

1. Zwiebel, Knoblauch und Chili **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern. Paprika zugeben und **3 Sek./Stufe 4** grob zerkleinern.
2. Öl zugeben und **3 Min./120°C/Stufe 1** dünsten.
3. Hackfleisch in groben Stücken zugeben und ohne Messbecher **6 Min./120°C/Linkslauf/Stufe 1** garen. Mit dem Spatel auflockern.
4. Tomatenmark und Gewürze zugeben und **1 Min./120°C/Linkslauf/Stufe 1** anrösten. Tomaten, Wasser und Brühpaste zugeben, Gareinsatz als Spritzschutz aufsetzen und **20 Min./100°C/Linkslauf/Sanftrührstufe** köcheln lassen.
5. Bohnen und Mais zugeben und **5 Min./100°C/Linkslauf/Sanftrührstufe** erhitzen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

> **Tipp:** Dazu passen Reis, Brot oder Tortillachips und ein Klecks saure Sahne. 1 TL Kakaopulver gibt dem Chili eine schöne Tiefe.

Heruntergeladen am 25.11.2026 von https://tm5-rezepte.de/