



MILDES KINDER-CHILI

BOHNEN | REIS | HAUPTSPEISE | 45-60 MIN | OHNE EINSCHRÄNKUNG



Zutaten (Für 4 Personen)

- * 3 EL Müller's Mühle Kidney-Bohnen
- * 100 g Müller's Mühle Basmati Reis
- * 125 g mageres Rinderhack
- * 125 g stückige Tomaten
- * 75 ml Fleischbrühe
- * 3 EL TK-Buttergemüse
- * 1 kleine Zwiebel
- * 1 kleine Möhre
- * 1 TL Öl
- * Salz

Produktempfehlungen



**BASMATIREIS
(BEUTEL)**



JASMINREIS



**RED KIDNEY
BOHNEN**

Zubereitungen

Basmati Reis nach Packungsanleitung garen. Zwiebel und Möhre putzen, fein würfeln und in heißem Öl andünsten. Hack zufügen und krümelig braten. Tomaten und Fleischbrühe zugeben und alles zugedeckt ca. 20 Minuten kochen. Bohnen und Gemüse in wenig Wasser erhitzen. Etwas Hacksoße in eine Schüssel geben. Reis darauf füllen und aus dem Gemüse ein Gesicht auflegen.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten ohne Einweichzeit der Red Kidney Bohnen