



CHILI CON CARNE „ORIENTAL“

ERBSEN | HAUPTSPEISE | 15-45 MIN | OHNE EINSCHRÄNKUNG



Zutaten (Für 4 Personen)

- * 200 g Müller's Mühle Kichererbsen
- * 2 Zwiebeln
- * je 1 kleine rote und gelbe Paprikaschote
- * 400 g gemischtes Hackfleisch
- * 2 EL Pflanzenöl
- * 400 ml Rinderfond
- * 800 g passierte Tomaten (Konserve)
- * 1 kleine Dose Mais (= 425 ml)
- * 2 EL Currypulver
- * 1/4-1/2 TL Zimt
- * 1 EL Chilipulver
- * Salz, frisch gemahlener Pfeffer

Produktempfehlungen



KICHERERBSEN

Zubereitungen

Kichererbsen nach Packungsanweisung einweichen und zubereiten. Zwiebeln abziehen, Paprikaschoten halbieren, putzen, waschen und mit den Zwiebeln in Würfel schneiden.

Hackfleisch in erhitztem Öl anbraten. Zwiebeln und Paprikaschoten dazugeben und andünsten. Rinderfond und Tomaten zufügen, aufkochen und abgedeckt ca. 15-20 Minuten garen. Mais und Kichererbsen zufügen und mit erhitzen.

Chili mit den Gewürzen pikant abschmecken, Petersilie überstreuen und nach Wunsch mit frischem Fladenbrot servieren.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten (zzgl. ca. 45-60 Minuten Garzeit Kichererbsen)