

CHILI CON CARNE MED BØNNER

 4 pers.  40 min

Chili con carne

- 1 stort zittauerløg
- 2 fed hvidløg
- 2 gulerødder
- 1 lille frisk rød chili
- 2 spsk. olivenolie eller 1 spsk. smør
- 250 g hakket oksekød
- 2 tsk. stødt spidskommen
- 2 tsk. stødt koriander
- 1 tsk. kanel
- 2 tsk. paprika
- 1 dåse hakkede tomater
- 3 dl vand med oksebouillon i
- 1- 2 dåser røde kidneybønner
- 20 g mørk chokolade
- Salt og peber

Tilbehør

- Kogte ris
- Avocado i skiver
- Nachos
- Revet cheddar
- Friske koriander (kan undlades)
- Creme fraiche
- Limebåde



Variation

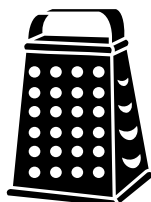
Har du lyst til en vegetarisk version af retten? Det hedder en chili SIN carne. Her skal du blot undlade oksekødet og tilføje 1 dåse ekstra hakkede tomater, 140 g majs og 1 revet squash. Resten af opskriften er præcis den samme.

Køkkenudstyr til chili con carne med bønner

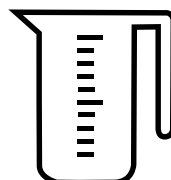
1 stor gryde



1 rivejern



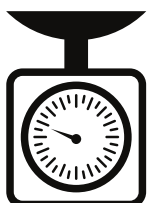
1 decilitermål



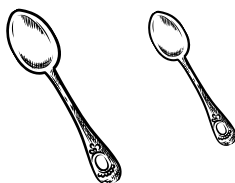
2 store knive



1 køkkenvægt



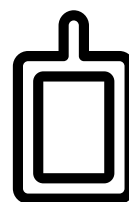
2 spiseskeer
og 2 teskeer



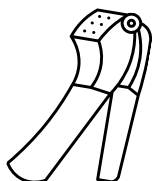
1 dåseåbner



2 skærebræt



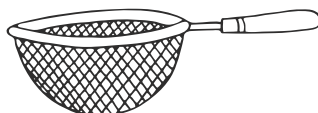
1 hvidløgspresser



1 grydeske



1 si



SÅDAN GØR I

Chili con carne med bønner

1. Fjern skallen på løgene og snit løg og hvidløg fint, eller brug en hvidløgspresser
2. Skrub eller skræl gulerødderne og riv dem på et rivejern. Du kan også hakke dem fint, for ekstra tekstur i retten
3. Rens chilien for kerner og hak den fint. Husk at vask hænderne godt bagefter og undgå at klø dig i øjnene - det kan svie!
4. Varm olie/smør i en stor gryde
5. Steg løg, hvidløg, gulerod og chili i et par minutter, når gryden er varm. Tilsæt derefter hakket oksekød og lad det stege til kødet er brunet
6. Tilsæt alle krydderierne: spidskommen, stødt koriander, kanel og paprika og vend det i kødet
7. Tilsæt hakkede tomater og bouillon. Rør rundt og lad det simre i 10 minutter under låg. Hvis I laver retten derhjemme, kan den simre i flere timer for ekstra smag
8. Hæld bønnerne gennem en si og skyl dem i koldt vand
9. Når de 10 minutter er gået, tilsæt så bønner og mørk chokolade. Lad det simre i 10 minutter og smag til sidst til med salt og peber
10. Mens I venter, kan I forberede jeres topping i små skåle (læs under tilbehør)
11. Server den varme chili con carne i skåle og top din egen chili med hvad end du ønsker af topping.

