

# Rezept für Chili con Carne

Adaptiert von Rüdiger Schoeller, nach einem Rezept von Tim Mälzer, „Born to Cook“

Zutaten für 6 Portionen:

35 dag	Rindsfaschiertes oder klein geschnittenes Rindfleisch
20 dag	getrocknete Bohnen (Kidney, rote B.) oder 40 dag Bohnen aus der Bohne
2	Zwiebeln
	Chilischoten nach Belieben
2	Zehen Knoblauch
1 Dose	Tomaten in Stücken (425 g)
1	rote Paprika
1 kl. Dose	Mais
	Koriander, Fenchelsamen Kümmel
	Salz, Pfeffer
1-2	Lorbeerblätter
1	Teelöffel Zucker
2	Esstöffel Tomatenmark
1/8 l	Rotwein
1 Stamperl	süßen Portwein
1 – 2	Rinds-Suppenwürfel

Zubereitung:

Getrocknete Bohnen über Nacht einweichen, danach ca. 45 – 60 Min. ohne Salz kochen.

(Rindfleisch), Zwiebeln, Chilischoten und Knoblauch in Würfel schneiden  
Rindfleisch bzw. Faschiertes anbraten

Wenn das Fleisch Farbe angenommen hat Zwiebeln Chilischoten und  
Knoblauch hell mitrösten. Koriander, Fenchelsamen und etwas Kümmel  
mahlen oder im Mörser zerstoßen und kurz mitrösten.

1 gehäuften Teelöffel Zucker karamellisieren lassen, 2 Esstöffel Tomatenmark  
hinzufügen und mit dem Wein und Portwein ablöschen. Den Wein vollständig  
einreduzieren lassen.

Dosentomaten und 1 – 2 Rinds-Suppenwürfel hinzufügen und ca. 30 Min  
köcheln lassen.

Danach die klein geschnittene Paprika und Lorbeerblätter hinzufügen und  
weitere 10 Min kochen.

Bohnen und Mais in den Topf geben und weitere 5-10 Min köcheln.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Evtl. noch etwas süßen oder schärfen und mit Oregano und oder Basilikum  
würzen

Wer will kann etwas Speck oder Cabanossi mitkochen (leichter  
Selchgeschmack)