

Chili con carne

Für 4 Personen

1 Dose Kidneybohnen	2 Zwiebeln	5 Knoblauchzehen
2 rote Chilischoten	600 g Rinderhack	4 EL Pflanzenöl
1/2 TL Cayennepfeffer	1 TL Paprikapulver	1/2 TL Kümmel, gemahlen
2 EL Tomatenmark	400 g Tomaten	400 ml helles Bier
200 ml Wasser	Salz	150 g Maiskörner
1 Prise Zucker	1 EL Maisstärke	

Die Bohnen über Nacht in reichlich Wasser einweichen.

Eingeweichte Bohnen am nächsten Tag mit Wasser in einem Topf aufsetzen, fast weich kochen und abschütten. Tipp: Wenn es mal schnell gehen muss, kann man auch Kidneybohnen aus der Dose verwenden. Diese gut abtropfen lassen und später mit dem Mais zugeben.

Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein schneiden.

Chilischoten waschen, halbieren, die Kerne entfernen. Chili dann fein schneiden.

Öl in einem Schmortopf erhitzen. Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Hackfleisch hinzugeben und bei starker Hitze unter gelegentlichem Rühren scharf anbraten. Chili, Cayennepfeffer, Paprikapulver, Kümmel und Tomatenmark unterrühren, kurz mit anbraten.

Die Dosentomaten zerdrücken und zum Hackfleisch geben, Bier und Wasser zugeben, leicht salzen und alles ca. 30 Minuten köcheln lassen. Tipp: Wer kein Bier verwenden möchte, kann auch nur mit Wasser auffüllen.

Maiskörner abtropfen lassen. Kidneybohnen mit dem Mais in den Topf geben und alles weitere ca. 20 Minuten köcheln lassen.

Maisstärke mit 2 EL Wasser vermischen, zum Chili geben, gut unterrühren und ein paar Minuten köcheln lassen.

Das Chili mit Salz und Zucker abschmecken und servieren. Dazu passt frisches Baguette oder Polenta.

Martina Kömpel am 12. September 2018