

Feuriger Chilitopf aus dem Ofen

Für 5 Personen:

1 Dose Kidney-Bohnen	1 Dose Mais	2 Bund Lauchzwiebeln
1 kg Schweinegulasch	2-3 EL Öl	Salz, schwarzer Pfeffer
1 EL Mehl	2 TL Gemüsebrühe	1 Dose Tomaten
$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie		

Bohnen abspülen und abtropfen lassen. Mais abtropfen lassen.

Lauchzwiebeln putzen, waschen und in dicke Ringe schneiden.

Fleisch trockentupfen und evtl. kleiner würfeln.

Öl in einem Bräter oder Schmortopf erhitzen. Fleisch portionsweise darin kräftig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen.

Lauchzwiebelringe im Bratfett kurz andünsten.

Das Fleisch wieder zugeben, mit Mehl bestäuben und anschwitzen.

$\frac{3}{8}$ - $\frac{1}{2}$ l Wasser, Brühe und Chili-Soße einrühren. Bohnen, Mais und Tomaten samt Saft zugeben, Tomaten etwas zerdrücken. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Alles aufkochen und zugedeckt im auf 175°C vorgeheizten Backofen ca. $1\frac{3}{4}$ Stunden schmoren.

Abschmecken. Petersilie waschen, fein schneiden und darüberstreuen.

Dazu schmecken Taco-Chips und Schmand.

NN am 13. Januar 2024