

Chili con Carne (mit Reis) von sa gia

Mengen für 10 Personen

Tags: Fleischgericht, Für Zeltlager, Einfach, Laktosefrei

Gewürze: Salz, Paprika, Chillipulver, Pfeffer, Cayenne Pfeffer

| | |
|----------------------------|---|
| 800 g Langkornreis | Mit der 1,5-fachen Menge gesalzenem Wasser zum Kochen bringen, 2 min sprudelnd kochen lassen, danach abgedeckt 15 min ziehen lassen |
| 2.0 cl Öl | in Pfanne erhitzen |
| 800 g Hackfleisch | auf grosser Stufe anbraten |
| 200 g Zwiebeln | schneiden, beifügen und auf kleiner Stufe dünsten (1 Zwiebel ~ 80g) |
| 2.5 Stück Knoblauchzehen | schneiden, beifügen und auf kleiner Stufe dünsten |
| 300 g Paprika | schneiden, beifügen und auf kleiner Stufe dünsten (1 Paprika ~ 155g) |
| 800 g gehackte Tomaten | zugeben, mischen |
| 300 g Mais | zugeben, mischen |
| 410 g rote Bohnen | zugeben, mischen |
| 0.00 dl Bouillon (flüssig) | bei zuwenig Flüssigkeit hinzugeben |
| 0.00 g Salz | mit Salz, Pfeffer, Paprika, Chilipulver und Cayennepfeffer würzen. Auf kleiner Stufe zugedeckt schmoren: Kochzeit 15 bis 20 Minuten |