

Chili con Carne à la Olaf

www.olaf-juergens.de

Ein feuriger **Fleisch-Bohnen-Eintopf** für 4-6 Personen je Person ca. 200g Fleisch

600g Rindersteak in max. 2 cm große Würfel schneiden (zur Not geht Gulasch)

400g Hackfleisch, gemischt

3 große Zwiebeln, fein würfeln

4 Knoblauchzehen, feinschneiden (nicht mit der Knoblauchpresse)

5 Chilischoten, scharf, frisch oder aus dem Glas, klein würfeln (mit den Kernen und den Samenscheidewänden)

1 große Paprikaschote, rot, in 1-2 cm Würfel schneiden

1 große Paprikaschote, grün, in 1-2 cm Würfel schneiden

1 große Paprikaschote, gelb, in 1-2 cm Würfel schneiden

1 kleine Dose Mais, 330g

2 große Dose Tomaten (kleinschneiden, mit Saft)

1 Dose 140g Tomatenmark

4 Dosen Kidneybohnen, aus der Dose (250 g Abtropfgewicht je Dose)

1/2 Schokolade (Zartbitter, mind. 70% Kakaoanteil)

1-2 TL roter Tabasco

Olafs Kinder Chili con Carne

Ein **nicht** feuriger **Fleisch-Bohnen-Eintopf** für 4-6 Kinder je Kind ca. 75g Fleisch

300g Rindersteak in max. 1-1,5 cm große Würfel schneiden (es geht auch Gulasch)

200g Hackfleisch, gemischt

1 Zwiebel, sehr fein würfeln

1 Knoblauchzehe, sehr feinschneiden (nicht mit der Knoblauchpresse)

keine Chilischoten, mit grünem Tabasco abschmecken 1-2 TL

1 Paprikaschote, rot, in 1 cm Würfel schneiden

1 Paprikaschote, grün, in 1 cm Würfel schneiden (**Vorsicht grün**)

1 Paprikaschote, gelb, in 1 cm Würfel schneiden

1 große Dose Tomaten (kleinschneiden, mit Saft)

1 kleine Dose 70g Tomatenmark

1/2 Schokolade (Zartbitter, mind. 70% Kakaoanteil)

nach Kinderwunsch:

1 kleine Dose Mais, 330g

1-2 Dosen Kidneybohnen (250 g Abtropfgewicht je Dose)

Güner Tabasco hat einen sehr intensiven Chiligeschmack und ist für Chili sehr mild.

Gewürze für Chili con Carne a la Olaf:

6 EL Olivenöl

1-2 TL Zucker

2-3 TL Salz

1-2 EL Honig

1 TL Oregano (Wilder Majoran)

1-2 TL roter Tabasco

Gewürze für Olafs Kinder Chili con Carne:

3 EL Olivenöl
1-2 TL Zucker
1-2 TL Salz
1-2 EL Honig
etwas Oregano (Wilder Majoran)
1-2 TL grüner Tabasco

und nach Bedarf mit Cayennepfeffer, Paprikapulver rosenscharf, Paprikapulver, edelsüß, Chiligewürz, Sambal oelek, Basilikum, Kreuzkümmel, Pfeffer, Koriander oder Piri Piri abschmecken.

Tipp: Auf der Tabasco Homepage stehen die Schärfeangaben und auch das ein oder andere Rezept.

Chili con Carne a la Olaf hat nichts mit Original zu tun, schmeckt einfach nur gut.

Zubereitung: In einer großen Kasserolle das Olivenöl erhitzen, die gewürfelten Zwiebeln glasig braten.

Das Fleisch/Hackfleisch und bei starker Hitze unter Rühren 10 Minuten scharf anbraten (mit Salz/Origano würzen).

Die Chilischoten/Paprikaschoten und auch die feingehackten Knoblauchzehen zum Fleisch hinzufügen und weitere 5 Minuten bei schwacher Hitze schmoren lassen.

Dann die zerkleinerten Tomaten und auch das Tomatenmark einrühren (Zucker und Honig hinzugeben).

Alles bei schwacher Hitze ca. 20 Minuten köcheln lassen.

Anschließend die vorher gut mit kaltem Wasser abgespülten Kidneybohnen und den Mais zur Fleischmischung geben, und das Gericht weitere 15 bis 20 Minuten köcheln lassen.

Die Zartbitterschokolade (gut für die Farbe) zerkleinern, unterrühren und noch einmal 5 Min. köcheln lassen, bis die Schokolade geschmolzen und untergerührt ist.

Nach nochmals 30 Minuten den roten/grünen Tabasco unterrühren und abschmecken (am besten 1-2 Tage vor dem Servieren zubereiten).

In den ersten Stunden schmeckt man die Schokolade etwas heraus.

Weiterempfehlen: Gerne können Sie mein Rezept weiterempfehlen. Über einen erneuten Besuch auf meiner Webseite und eine Bewertung / Kommentar / Mail würde ich mich freuen.