

Chili con carne met chocola



 Bereiden in: koekenpan

 Voorbereiding: 5 min.

 Bereiding: 25 min.

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

- 400 g rundergehakt (liefst VanOnzeBoer)
- 1 ui, gesnipperd
- 2 teentjes knoflook, fijngesneden
- 1 rode paprika, in blokjes
- 1 blikje maïs (150 g), uitgelekt
- 1 blik kidneybonen (400 g), afgespoeld
- 1 blik tomatenblokjes (400 g)
- 1 el tomatenpuree
- 2 tl gerookt paprikapoeder
- 1 tl komijn
- 1 tl chilipoeder (of naar smaak)
- 2 blokjes pure chocolade (70% cacao of hoger!)
- 1 el olijfolie
- Zout en peper naar smaak
- Eventueel een snufje kaneel voor extra warmte

Voedingswaarde

•



Chili con carne met chocola

Bereiding

- 1 Fruit de ui en knoflook in olijfolie in een ruime pan tot glazig.
- 2 Voeg het gehakt toe en bak rul en goudbruin.
- 3 Voeg de paprika toe en bak 3 minuten mee.
- 4 Roer de tomatenpuree, kruiden, zout en peper erdoor. Laat even meebakken.
- 5 Voeg dan de tomatenblokjes, kidneybonen en maïs toe.
- 6 Breng zachtjes aan de kook. Zet het vuur lager en laat 20–25 minuten sudderen.
- 7 Roer vlak voor het serveren de pure chocolade door de saus tot deze is gesmolten – dit geeft een heerlijke diepe, warme smaak.

Serveren

Optioneel voor erbij: Rijst, tortillachips of een stuk knapperig brood Crème fraîche of zure room Verse koriander

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten