

Chili con Carne „Purzelbaum“



Zutaten: 500 g Rinderhackfleisch
500 ml passierte Tomaten
500 ml Flüssigkeit (Rinderbrühe oder Wasser)
1 Zwiebel
1 Paprika
1 Tomate
1 Dose Mais
1 Dose Kidney Bohnen
Salz und Pfeffer

Zubereitung: Die Zwiebel schälen. Die Paprika waschen und den Stiel und das Kerngehäuse entfernen. Die Tomate waschen und den Stiel mit Ansatz herausschneiden. Die Zwiebel, Paprika und Tomate in kleine, gleichgroße Würfel schneiden.



Etwas Öl in einem Topf erhitzen und das Rinderhackfleisch darin anbraten.



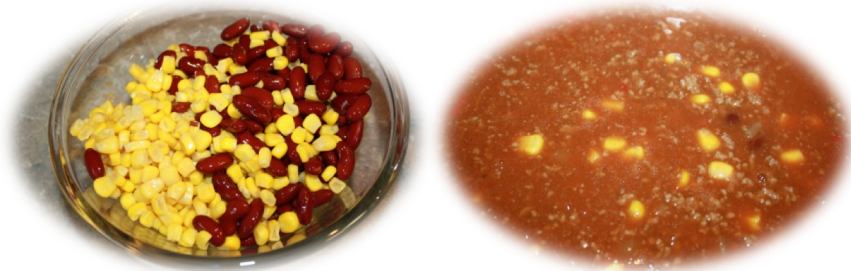
Die Zwiebel, Paprika und Tomate dazu geben und unter Rühren anbraten.
Anschließend die passierten Tomaten und Flüssigkeit dazu geben und aufkochen lassen.



Mit Salz und Pfeffer würzen und die Suppe
ca. 5 Minuten auf niedriger Hitze köcheln lassen.



Den Mais und die Kidney Bohnen auf ein Sieb schütten,
abspülen und in die Suppe geben.



Vorsichtig rühren und nochmal ca. 5 Minuten auf
niedriger Hitze köcheln lassen.
Abschmecken und eventuell nachwürzen.



Die Kinder essen sehr gerne frisches Brot dazu.
Nudeln und Reis eignen sich auch als Beilage.

Guten Appetit! 😊