



Video - Rezepte für jeden Anlass! mychannel2016HD.de

Chili con Carne aus dem Römertopf

2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
1 Dose Kidney-Bohnen (255 g)
1 Dose Mais (285 g)
2 EL Öl
500 g gemischtes Hackfleisch
1 EL Tomatenmark
1 Dose gehackte Tomaten (400 g)
200 ml Gemüsebrühe
Petersilie
Salz und Pfeffer
½ TL Kreuzkümmel
Zucker
etwas Tabasco oder Sambal Oelek



Chili con Carne im Römertopf
Video bei YouTube



mychannel2016HD
Website

Den Römertopf 30 Min Minuten wässern Topf und Deckel.
Zwiebel schälen und würfeln. Knoblauch schälen und klein hacken.
Bohnen abspülen und abtropfen lassen. Mais ebenfalls abspülen und abtropfen lassen. Das Hackfleisch in einer Pfanne mit Öl 6-8 Minuten krümelig anbraten. Das Hackfleisch in den Tontopf geben. Gemüse, Tomatenmark, Tomaten, Gemüsebrühe dazugeben alles gut umrühren und in den Ofen schieben.
Bei 200 Grad Umluft (220 Grad Ober- und Unterhitze) für 1 – 1 ½ Stunden garen lassen. Nach 1 Stunde Garzeit Petersilie, Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel, Zucker und Tabasco dazugeben und fertig garen.