

Chili con carne

● Difficulté : Facile

● Préparation : 20 min / Cuisson : 4 h

Ingrédients pour 3 personnes

- 350 g de boeuf haché
- 1 cuil à soupe d'huile d'olive
- 1 cuil à soupe d'oignons
- 1 cuil à soupe d'ail
- 2 tomates fraîches pelées épépinées
- 1 petite boîte de tomates pelées
- 1 cuil à café de poivron rouge
- 500 g de haricots rouge cuits
- 1 cuil à café de cannelle en poudre
- 1/2 cuil à café de 4 épices
- 1/2 cuil à café d'épices chili
- 1 cuil à café d'origan
- Quelques graines de piments habanero
- 4 petits piments de Cayenne séchés
- Sel / Poivre

Préparation :

Peler les tomates en les plongeant quelques secondes dans l'eau bouillante.

Hacher finement l'oignon. Couper finement les poivrons (sans les pépins!)

Faire revenir l'ail dans une cocotte avec l'huile d'olive

Ajouter la viande dans l'ail qui commence à peine à colorer.

Ajouter les oignons et les poivrons dans la viande quand celle-ci est cuite, mélangez régulièrement

Ajouter les tomates dans la cocotte

Ajouter la boîte de tomates pelées et remplir l'équivalent de la moitié de la boîte en eau que l'on verse ensuite dans le plat.

Ajouter toutes les épices.

L'origan séché.

Laisser réduire pendant une heure, toujours sur feu modéré en mélangeant régulièrement.

Ajouter la boîte de haricots rouge et la moitié du jus des haricots.

Bien mélanger et laisser cuire aussi longtemps que possible sur feu faible. Plus ce plat mijote, meilleur il sera.

Recettes de Caline

Vous restez plus qu'à passer à table, pour ma part, j'ai servi ce chili avec du riz

Bon appétit à toutes & tous !!